



HIRA PUBLICATION

हलाकत सेहत व जां की, तबाही दीन व ईमां की  
वजह गुस्सा ही है अक्सर, फसादे नौए ईसां की

# गुस्सा?

अज इफ़ादात ■ हज़रत हाजी शकील अहमद साहब  
मजाज़े बैअत ■ हज़रत मुफ़्ती मुहम्मद हनीफ़ साहब (र.ह.)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

बिस्मिल्लाहि र्हमानि र्हीम  
हलाकत सेहहत व जां की, तबाही दीन व ईमां की  
वजह गुस्सा ही है अक्सर, फसादे नौए इंसां की

# गुस्सा ?

हज़रत हाजी शकील अहमद साहब  
मुजाज़े बैअत  
हज़रत मुफ़्ती मुहम्मद हनीफ साहब रह.

नाशिर

हिरा पब्लिकेशन पनवेल, नई मुम्बई

## गुस्सा?

किताब का नाम : गुस्सा

इफ़ादात : हज़रत हाजी शकील अहमद साहब

तक़ीज़ : हज़रत मुफ़्ती मुहम्मद हनीफ़ साहब रह.

तादादे इशाअत : दो हज़ार (२००० )

इशाअते दोम : २०१५ ई. स., १४३६ हिजरी

क़ीमत : १००/-

नाशिर : हिरा पब्लिकेशन, प्लॉट नं. १८, शॉप नं

१ & २ , बुशरा पार्क, पनवेल, ४१०२०

फ़ोन नं.: ९८९२९१५०२१

Email:hirapublication@gmail.com

Website: www.shariat.info

मिलने का पता

इदार -ए- इस्लामिय्यात

फ़ोन नं : ९८९२९१५०२१ . ३६, मुहम्मद अली रोड, मुम्बई, इंडिया

### हिरा पब्लिकेशन

#### तअरुफ़, मक्रासिद, सरगर्मियां

“हिरा पब्लिकेशन” एक गैर तिजारती दीनी इदारा है, जो किसी की ज़ाती मिल्क नहीं, बल्के ये इदारा वक्फ़ लिल्लाह है, जिस का मक्सद ये है कि :

\* उलमा ए हक़ की मोटी मोटी किताबों से उम्मत की दीनी ज़रूरत के मुताबिक़ छोटे छोटे किताबचे तैयार किए जाएं, ताके हर एक के लिए खरीदना और बेचना आसान हो।

\* उम्मत की दीनी ज़रूरत के मुताबिक़ आम फ़हम किताबें मुख्तलिफ़ ज़बानों में छापी जाएं, ताके दीनी बेदारी के साथ साथ, दीन के तमाम शोबों का इल्म हासिल करना भी हर एक के लिए आसान हो सके।

“हिरा की किताबें तबाअत के आला मेअ्यार के मुताबिक़, उम्दा काग़ज़ और खूबसूरत से खूबसूरत टाइटल के साथ छापी जाती हैं, ताके दीनी किताबों का बातिनी और जाहिरी हुस्न दोनों बाक़ी रहें।

अल्लाह का शुक्र है के “हिरा पब्लिकेशन” की किताबें अ़वाम व ख़वास में पसंदीदगी की निगाह से देखी जा रही हैं। मेअ्यारी तबाअत की वजह से किताबें कुछ महंगी तो ज़रूर होती हैं, मगर अहले ज़ौक़ पसंद करते हैं और अहले दिल दुआयें देते हैं।

गुज़ारिश है कि आप भी “हिरा” की किताबें खरीदें, खूद पढ़ें, उलमा ए किराम और पढ़ने वाले दोस्त अहबाब को हदया दें। अल्लाह तअला इदारे को हर शर से बचाकर हर तरह की तरक्कियात से नवाजे और तमाम मुअ़ाविनीन के लिए दुनिया व आखिरत का ज़खीरा बनाए।

अहबाबे हिरा



### कलिमाते बाबरकत

आरिफ़ बिल्लाह हज़रत अक़दस मुफ़्ती मुहम्मद हनीफ़ साहब रह ०

बिस्मिल्लाहि र्हमानी र्हीम

अलहम्दु लिहज़रतिल जलालति, वन्नअतु लिखातिमि रिसालती व बअदु तारीख़ में कुदरत के ऐसे शवाहिद मौजूद हैं कि क़ादिर व क़हहार जल्ल जलालुहू ने बे रूह और बे जान चीज़ों के वास्ते और ज़रिये कुदरत के ऐसे शाहकार और नमूने ईजाद फरमाये हैं के उरफ़ा ए ज़ी रूह दंग रह गए, मसलन खुशक और बोसीदा लकड़ी होने के बावजूद उस्तुने हन्नाना का फ़िराक़े हबीबे रब्बुल आलमीन पर आह व बुका, और वो भी ऐसा के बड़े बड़े उरफ़ा असहाब से ना बन पड़े । और बहुत ही मामूली और ज़र्ईफ़ तर परिन्द के वास्ते अब्रहा जैसे दम ख़म और सीना तानने वाले हाथियों और हाथी सवारों के छक्के छुड़ा दिए । इसलिए आज भी हम और आप अगर किसी को कुछ ना समझते हों मगर खुदा तआला क़ादिर व क़हहार उस से ऐसे काम ले लें, जो हम जैसे अना रखने वालो से ना बन आए तो क्या अज़ब है । पेशे नज़र रिसाला जो आप के रूबरू है, कम अज़ कम इस हक़ीर के रूबरू इसी तरह के अज़ाईबात में से है और ये पढने को दिल चाहता है कि

“ निगारे मन के ना मक्तब रसीद व दर्स ना कर्द ”

“सबक़ बग़मज़ह बेयामोख़्त सद मुदरिस शुद”

इस से मेरी मुराद मेरे महबूब व मुहिब दोस्त व सदीक़े हमीम भाई शकील अहमद ज़ाद मज्दुहू हैं । उनकी जिस काविशे मअहूद पर ये ख़ामाफ़र्साई ये सौदाई कर रहा है, आपके सामने है । पढ़िए और खुद फैसला फरमाइए कि इस नाकारा की गुज़ारिशात महज़ मजनू की बड़ है या कुछ हक़ और हक़ीक़त भी । आगे एक जुमले पर अपनी हर ज़ह सराई ख़त्म करता हूँ ।

“ लज़ज़ते मैं ना शनाशी बख़ुदा, ता ना चशी ”

(खुदा की क़सम! जब तक चखोगे नहीं, शराब की लज़ज़त नहीं पा सकते )

बस खुद पढ़ कर फैसला कीजिए ।

वस्सलाम

नाकारा व आवारा, क़िस्मतों का मारा

मुहम्मद हनीफ़ गुफ़िर लहू

फ़ेहरिस्ते मज़ामीन

अपनी बात	8
<b>पहला हिस्सा : गुस्सा कुरआन व हदीस की रोशनी में</b>	
गुस्सा कुरआन की रोशनी में	24
गुस्सा हदीस की रोशनी में	26
गुस्से के बारे में बुजुर्गों ने क्या कहा	29
<b>दूसरा हिस्सा: गुस्सा और उसकी हकीकत</b>	
गुस्से की हकीकत	32
गुस्सा क्यों आता है	33
अपनी बड़ाई और फ़ख़ कि वजह से गुस्सा आता है	33
तक्रार, बहस गुस्से की आम वजह	33
ज़्यादा हंसी मज़ाक़ की वजह से गुस्सा	34
बदजुबानी और गाली गलोच गुस्से का सबब	34
गुस्सा आने के बाद क्या होता है	34
गुस्से का असर (Reaction) कहाँ हो और कहाँ नहीं	36
<b>तीसरा हिस्सा: गुस्से के नुक्सानात</b>	
गुस्से के दीनी नुक्सानात	38
गुस्से से तकब्बुर (घमंड) पैदा होता है	38
गुस्से में गीबत की जाती है	39
बुज़ गुस्से से पैदा होता है	40
हसद गुस्से से पैदा होता है	41
गुस्से के दुन्यवी और जिस्मानी नुक्सानात	41
<b>चौथा हिस्सा: गुस्से का इलाज</b>	
गुस्से का नबवी इलाज	44
गुस्से का एक अहम इलाज अल्लाह वालों के साथ रहना	45

## गुस्सा?

गुस्सा दूर करने की कुछ और तदबीरें	47
तरबियत व इस्लाह के लिए गुस्सा कैसे करें	49
गुस्सा दूर करने की दुआएं	50
गुस्सा करने वालों के साथ बर्ताव	51
<b>पांचवां हिस्सा: गुस्से पर काबू पाने वालों के वाक़ेआत</b>	
नबी सल्लल्लल्लाहू अलैहि व सल्लम पर जादू करने वाले के साथ बर्ताव	53
एक देहाती की गुस्ताखी पर आप का सुलूक	53
हज़रते अबू बक्र रज़ि. के गुस्से पर नबी सल्लल्लल्लाहू अलैहि व सल्लम की नाराज़गी	54
गुस्से के मौक़े पर हज़रते उमर रज़ि. की ख़ामोशी	55
हज़रते उस्मान और गुलाम का वाक़ेआ	55
हज़रते अली रज़ि. का गुस्सा रोक लेना और काफ़िर का इस्लाम लाना	55
सय्यिदुना अली बिन हुसैन का वाक़ेआ	56
हज़रत इमामे आजम का अजीब वाक़ेआ	56
हज़रत इमामे आजम का और एक वाक़ेआ	58
हज़रत मौलाना इस्माईल शहीद का गुस्सा रोक लेना	58
<b>छठा हिस्सा : गुस्से के कुछ ख़ास मौक़े</b>	
गुस्सा ज्यादा कहाँ आता है ?	59
शौहर बीवी का आपसी गुस्सा	60
मियाँ बीवी का झगड़ा सारे फ़सादों की जड़	61
शौहर को गुस्सा क्यों आता है?	61
हाकिम नहीं आशिक़ बनें	65
सोच को मुसबत (positive) बनाने की ज़रूरत	68
ग़म व गुस्से से नज़ात पाने के चंद उसूल	69
शौहर के लिए कुछ कीमती बातें	71
कामयाब बीवी की सिफ़ात	72
बीवियों के लिए नसीहत	73

**गुस्सा?**

बीवियों के लिए चंद जरूरी बातें	74
घरेलू जिंदगी को खुशगवार रखने के आठ उसूल	75
मुदरिंसीन का गुस्सा तलबा पर	76
सज़ा में कितना मार सकते हैं	78
गुस्से के वक्रत सज़ा देने का तरीका	78
जुल्म व ज़्यादती की सूरत में तलाफ़ी (भरपाई) कैसे करें	79
पढ़ानेवालों से एक दरख्वास्त	79
फिर गुस्सा कहाँ करें ?	82
खुलासा ए कलाम	85



## अपनी बात

बिस्मिल्लाहि र्हमानि र्हहीम

नह्मदुहू व नुसल्ली अला रसूलिहिल करीम !अम्मा बअद

अल्लाह सुब्हानहू तअला ने तमाम इंसानों की दोनों जहाँ की फ़लाह व बहबूद के लिए जो दीन रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के जरिये हम तक पहुँचाया है, उसको पाँच शोबों में तक्सीम किया गया है। जो ईमानिय्यात से शुरू होकर, अख़्लाकिय्यात पर मुकम्मल होता है। मोमिन जब अपने ईमान की फ़िक्र व मेहनत में लगता है तो उसके नताएज इबादात की पाबन्दी, मुआमलात की सफ़ाई और मुआशरत की पाकीज़गी की सूरत में ज़ाहिर होते हैं। और उसी मेहनत को करते करते जब इस्लामी अख़्लाक व किरदार से भी आरास्ता हो जाता है। तो ये दलील होती है के अब ईमान कामिल व मुकम्मल हो चुका है। इस हक़ीक़त को अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इस तरह बयान फर्माया है :

अक्मलुल मुअ्मिनीन ईमानं अह्सनुहुम खुलुक्का (सुनने तिर्मिज़ी )

“कामिल ईमान वाला वो है, जिस के अख़्लाक सब से बेहतर हों” –

और कुरआने करीम में रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के सिलसिले में अल्लाह रब्बुल इज़्ज़त ने ये ऐलान फर्माया है कि :

व इन्नक लअला खुलुकिं अज़ीम (सूर ए क़लम)

कि आप अख़्लाक की बुलंदी पर फ़ाइज़ हैं। मेरे शैख़ हज़रत अक़दस मुफ़्ती मुहम्मद हनीफ़ साहब रह. फ़िक्रह की मारुफ़ किताब शामी के हवाले से फरमाते थे कि अख़्लाके हमीदा और अख़्लाके रज़ीला यानी अच्छे और बुरे अख़्लाक का इल्म हासिल करना फ़राएज का दर्जा रखता है। ये बात तो हुई दीन के शोबों में अख़्लाकिय्यात की अहमिय्यत की। फिर अख़्लाकिय्यात की शाखों में भी गुस्से को ज़ब्त करना और हिल्म व बुर्दबारी इख़्तियार करना बुनियाद की हैसियत रखता है। गुस्से को ज़ब्त किए बग़ैर मोमिन का ईमान भी सलामत नहीं रहता। अल्ल्लाह के नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम का पाक इर्शाद है :

“इन्नल ग़ज़ब लयुफ़्सदुल ईमान कमा युफ़्सदु स्सबिरुल असल”

“गुस्सा ईमान को ऐसे ख़राब कर देता है जैसे एलवा शहद को”

हकीमुल उम्मत हज़रत मौलाना अशरफ़ अली थानवी रह. फरमाते हैं कि सुलूक व तसव्वुफ़ का पहला क़दम ये है कि इंसान गुस्से पर काबू पा जाए। मगर आज हम तबाहियों पर सरसरी निगाह डालें तो बेशुमार मामले ऐसे मिलेंगे जिनकी वजह सिर्फ़ गुस्सा है। गुस्से की वजह से घरेलू चैन व सुकून दरहम बरहम हो जाता है। हर छोटी

छोटी बात पर कभी शौहर गुस्सा, कभी बीवी गुस्सा, गुस्सा बढ़ा ..... झगड़ा बढ़ा, रोज़ रोज़ की इन बातों से तंग आकर बीवी भी मयके चली गई। और अब आने को तैयार नहीं, और शौहर बग़ैर बीवी बच्चों के कब तक रह सकता है। मैं तो ऐसे लोगों से कहा करता हूँ कि तुम बीवियों पर तो बहुत नाराज़ होते हो कि उसे कुछ आता नहीं, वो समझती नहीं, तो बीवी को मयके भेज दो, और बच्चों को अपने पास रख लो। सिर्फ़ एक हफ्ते में अंदाज़ा हो जाएगा कि वो क्या क्या करती है और कितना करती है ! जिस काम को एक हफ्ता करके तुम थक जाओगे, उसी में उसकी ज़िन्दगी गुज़रती है। और जब झगड़े के नतीजे में बीवी मयके चली जाती है तो ज़िन्दगी दो भर हो जाती है और उसको लाने के लिए तरह तरह की तदबीरें की जाती हैं। और फिर कभी कभी हालात ऐसे ख़राब हो जाते हैं कि दोनों फ़रीक़ में तनाव पैदा हो जाता है। हर एक अपने को हक़ पर समझता है, कोई झुकने को तैयार नहीं होता और बिलआखिर तलाक़ हो जाती है। मासूम औलादें मुन्तशिर हो जाती हैं ..... उनकी तालीम व तर्बियत का संगीन मसअला खड़ा हो जाता है। फिर दोनों ख़ानदानों में नफरत और दुश्मनी पैदा हो जाती है। और कभी इसी गुस्से और दुश्मनी में क़त्ल भी हो जाता है। और कोर्ट, कचहरी और जेल तक मामला पहुँच जाता है।

अगर शौहर बीवी एक दूसरे को थोड़ा सा बर्दाश्त कर लेते तो इन बातों की नौबत ही ना आती। मैंने एक बुज़ुर्ग से पूछा के आखिर ये गुस्से का माहोल क्यों बना रहता है ? फर्माया बर्दाश्त की कुव्वत ख़त्म हो जाने की वजह से। और इस कुव्वत का कम होना ईमानी कुव्वत की कमी की दलील है। और बात भी यही है कि गुस्से से ईमान कमज़ोर हो जाता है ; बल्के हदीस का मफहूम ये है के गुस्सा करने की वजह से ईमान फासिद हो जाता है। और ईमान की इसी कमज़ोरी और फसाद की वजह से इतना बड़ा नुक़सान गवारा है ; लेकिन गुस्सा छोड़ना गवारा नहीं। अल्लाह पाक हम सब को तमाम ज़ाहिरी और बातिनी अमराज़ और बिल्खुसूस बे जा गुस्से से बचाए।

(आमीन)

मुआशरती मसाइल के अलावा बे शुमार दीनी व दुन्यवी खराबियां ऐसी हैं जो सिर्फ़ गुस्से की पैदावार हैं। गुस्से ही की वजह से बहुत से हराम अमल वुजूद में आते हैं।

गुस्से वाला हमेशा खूद को सही और दूसरों को ग़लत समझता है। उसी से तकब्बुर पैदा होता है, जुल्म होता है, ग़ीबत की जाती है, हसद की आग दिल में भड़कती है, बुग़ज़ पैदा होता है, ईमान वाले को बुरा भला कहा जाता है, गुस्से वाला वालिदैन से नाराज़ रहता है, जिस की वजह से अल्लाह उससे नाराज़ हो जाता है। गुस्से वाले से हर पड़ोसी और रिश्तेदार नफरत करता है। अगर कोई उसका इक्राम करता है तो



## गुस्सा?

मतलब के लिए करता है। सांप को देख कर खड़ा हो जाना उसका इक्राम नहीं है। गुस्सा करने वाला किसी पर गुस्सा करके जब नमाज़ की निय्यत बांधता है तो दिल ही दिल में नमाज़ में भी गुस्सा करता है, और झगड़ा करता रहता है। और बहुत सारे दीनी नुक्सानात इसी गुस्से की वजह से उठाता है। बे जा गुस्से की वजह से, दीनी नुक्सानात के अलावा दुन्यवी भी बहुत सारे नुक्सानात होते हैं। मेडिकल साइंस के मुहक्किक्कीन का तजरबा है कि गुस्से की वजह से ज़ेहनी तनाव पैदा होता है। आंतों में खराबियाँ पैदा हो जाती हैं, बिमारियों से लड़ने की कुव्वत ज़वाब दे देती है, दमा हो जाता है, पठों को शदीद नुक्सान पहुँचता है, याददाश्त ज़ाएल या कमज़ोर हो जाती है, हार्ट अटैक का खतरा बहुत बढ़ जाता है, और भी कई मुहलिक बीमारियाँ इसी गुस्से की पैदावार होती हैं।

मगर इन तमाम के बावजूद हमारे मुआशरे की हालत ये है कि हर इन्सान अपने मातहतों पर गुस्सा करने को अपना पैदाइशी हक समझता है। मिज़ाज के खिलाफ़ कोई बात पेश आ गई तो बीवी को ताना देना, तंज़ करना, बात बात में कोसते रहना, साथ साथ उसके वालिदैन् को गालियाँ देना के तेरे माँ बाप ने तुझको कुछ सिखाया है या नहीं? तू तो कोई बात समझती ही नहीं..... शौहर की ज़बान से ये सब बातें सुन सुन कर उसका दिल छलनी हो जाता है। और गुस्सा सहते सहते बेशुमार बीमारियों का शिकार हो जाती है। और ज़ालिम शौहर जब उसे बिमारियों में मुब्तला देखता है तो उस बीवी को छोड़कर दूसरी शादी करने की बातें करता है। और ये ऐसी बात है कि बीवी कल मरनेवाली हो तो आज ही मर जाएगी।

पढ़ानेवाले जिस क्रदर चाहें तलबा को उनकी कोताहियों पर सज़ा दें। उनके लिए ना कोई शरई हद है और ना किसी की तरफ से कोई पाबंदी, गुस्सा जब तक ठंडा ना हो जाए, सज़ा पूरी नहीं होती। मुझ से एक नौजवान मुफ़्ती साहब ने कहा के मेरे एक उस्ताज़ क्रमचियों से मुझको इतना मारा करते थे के मैं दाएं बाएं करवट नहीं सो सकता था। पूरी रात चित लेटता था। मुफ़्तीसाहब की बात जब मुझे याद आ जाती है तो मेरा दिल दर्द में डूब जाता है कि, अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के मेहमानों की इतनी पिटाई ! क्या नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने पूरी ज़िन्दगी सहाबा को तालीम नहीं दी ? क्या सहाबा अपने शागिर्दों को तालीम नहीं देते थे ? क्या इस शोबे की रहबरी शरीअत में नहीं मिलती ? क्या शरीअत में पिटाई, सज़ा और अदब सिखाने के लिए कोई उसूल या हद मूतअय्यन नहीं है ? अगर ये बे जा गुस्सा और उसका ग़लत इस्तेमाल नहीं है तो और क्या है ? अल्लाह पाक तमाम ज़ालिमों को ज़ुल्म से रोक दे और मज़्लूमीन की मदद फरमाये। (आमीन )

चंद साल क्रबल पाकिस्तान की छपी हुवी तोहफ़ ए मुअल्लिम नाम की एक किताब मुझे मिली । जिस में तालिब इल्मों की पिटाई के सिलसिले में बहुत मुदल्लल मज़ामीन थे । मैंने उलमा से मशवरा करके उसे छपवाया । और इसकी कोशिश की के जहाँ तक हो सके उस किताब को मदारिस व मकातिब में पहुँचा दिया जाए । क़रीब के एक मक्तब में जब ये किताब पहुँची तो ज़ाती दुश्मनी रखने वाले एक उस्ताज़ ने कहा के अब तो मैं और भी पिटाई करूँगा । और सिर्फ़ कहा ही नहीं बल्के करके बताया । मोहल्ले के दो यतीम बच्चे , एक बड़ा जो कहीं काम पर जाया करता था और अपने छोटे भाई को मक्तब में पढ़ने के लिए छोड़ जाता । वो उस्ताज़ पहले भी उस यतीम बच्चे की पिटाई किया करते थे और अब तो सारा गुस्सा उसी पर उतरता । मरने के बाद हिसाब किताब होगा । बे सिंग वाली बकरी को सिंग वाली बकरी ने मारा होगा तो उसका भी हिसाब होगा । मीज़ाने अद्ल क़ाएम होगा । क्यों मारा ..... कितना मारा ..... कैसे मारा ..... कहाँ मारा ..... किस निय्यत से मारा, कहाँ का गुस्सा कहाँ उतारा .....? अल्लाह बाख़बर को सब ख़बर है । ज़ालिम को कभी खुदा नहीं मिला करता । यहाँ की तावीलें कल क़यामत के मैदान में सब धरी रह जाएंगी ।

### “किसी के बनाने में ख़ूद उजड़ गए”

“ किसी के बनाने में” इसलिए लिखा गया कि यहाँ तो ज़वाब दे देंगे कि वो पढ़ता नहीं था, इसलिए मारा । अगर इसी ज़वाब से आखिरत में छुटकारा पा जाएंगे तो और मारिए । कोई बच्चा नहीं पढ़ता तो उसके वालिदैन को बुलाकर उनके हवाले कर देना चाहिए के आप का बच्चा नहीं पढ़ता । या एहतेमाम वालों के हवाले कर देना चाहिए कि ये पढ़ता नहीं । कल इम्तेहान में नाकाम हो तो ज़िम्मेदारी मेरी नहीं । मैं इसपर बेजा सख़्ती करके अपनी आखिरत बिगाड़ना नहीं चाहता ।

एक मदरसे में सबक़ याद ना होने की वजह से, उस्ताज़ ने तालिबे इल्म को जून की गर्मी में धूप में खड़ा कर दिया । आधे पौने घंटे के बाद, धूप की ताब ना लाकर बच्चा वहीं गिर पड़ा । कुछ देर बेहोशी जैसी रही । लड़कों ने उठाया और पानी पिलाया, कुछ देर के बाद लड़के को होश आ गया; मगर उस्ताज़ को अब भी होश नहीं आया । तलबा से कहने लगे के उस्ताज़ की मार बदन के जिस हिस्से पर लग जाए, वहाँ जहन्नम की आग ह़राम हो जाती है । उस्ताज़ की मार और सज़ा को कभी भी बुरा नहीं समझना चाहिए, उस्ताज़ की मार ऐसी होती है जैसे खेती के लिए पानी । (क्या उस्ताज़े मुहतरम अपनी औलाद के लिए भी ऐसी सज़ाएं पसंद फ़रमायेंगे) काश कि उस्ताज़ के ज़ेहन में सज़ा की अहमिय्यत के साथ साथ शरीअत की भी कुछ



अहमिय्यत होती ! ये मज़मून लिखा ही जा रहा था के एक दुखियारे बाप ने बतलाया कि मेरे बच्चे को उस्ताज़ ने इतना मारा कि उसकी दाहनी रान काली हो गई, वो दाहनी करवट सो नहीं सकता था। क्या दीन की तालीम के नाम पर ऐसे मज़ालिम के जवाज़ की कोई सूरत हो सकती हैं ?

एक और वाकिआ सुनिए ! मदरसे के एक तालिबे इल्म ने अपने साथी को बतलाया कि क़ारी साहब तुम पर बहुत नाराज़ हैं। पूछा क्यों ? क्या बात है ? उसने जवाब दिया कि उनका कपड़ा तुम ने साफ नहीं धोया था। उसने कहा कि मेरे पास साबुन नहीं था, और पैसे भी नहीं थे कि कपड़े धोने का साबुन खरीदूं, इसलिए मैंने अपने नहाने के साबुन से ही उनके कपड़े धो दिए। और इसीलिए ठीक से साफ़ भी नहीं हुए और मेरा साबुन भी खत्म हो गया। इस जुमा को मैंने बग़ैर साबुन के ही गुस्ल किया। कुछ ही देर के बाद उस उस्ताज़ और तालिबे इल्म का आमना सामना हो गया, उस्ताज़ ने कहा : क्यों ! तूने कपड़ा धोया भी था या वैसे ही प्रेस करके रख दिया था ? लड़के ने डर और ख़ौफ़ के आलम में साबुन का उज़्र करना चाहा, मगर डर की वजह से अपनी बात ना कह सका। उस्ताज़ उसको जिस क्रूर बुरा भला कह सकते थे, सब कुछ कह दिया और गुस्से में कहने लगे तू ये समझता है कि साफ़ नहीं धोएगा तो किसी और से धुलवा लूँगा ? अब ये बात अच्छी तरह याद कर ले के जब तक तू यहाँ रहेगा, तुझे ही मेरे कपड़े धोने होंगे, और उसी तरह साफ़ धोएगा जैसा मैं पहनता हूँ, आई बात समझ में ? भूल गया कि पिछले हफ़्ते कैसी मार पड़ी थी ? अब भी पीठ दुखती होगी, आज छोड़ देता हूँ। (गोया बड़ा एहसान किया )

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

ये है दास्तान दीनदार तबक़े में गुस्से की ! और अगर मक्तब, मदरसों का सर्वे करके ऐसे वाकिआत लिखे जाएं तो हजारों सफ़हात भी कम पड़ जाएंगे। मुमकिन है कि मेरी इन बातों पर बाज़ लोगों को गुस्सा आ जाए के दीनदार तबकों की ऐसी कमियां नहीं लिखनी चाहिए। शायद वो समझ रहें हो के आम लोग इन सब बातों को नहीं समझ रहें हैं, ऐसा हरगिज़ नहीं है, इन्हीं बातों का तो मातम कर रहा हूँ कि इसी वजह से कितने बच्चे मदरसों में पढ़ने से रह गए। मैं ख़ूद भी अ़वाम में से हूँ, इसलिए अ़वाम की बातें जानता हूँ।

फिर अ़वाम में बँ जा गुस्से का आलम ये है कि मैंने एक दफ़ा बयान में कहा के रमज़ानुल मुबारक में खाने पीने के बहुत सारे आयटम बनाने के बजाए ऐसी चंद ताक़त पैदा करनेवाले खाने की चीज़ें बना ली जाएं, जिस से जिस्म को कुव्वत भी पहुँचेंगी और औरतें भी मशक़क़त से बच जाएंगी। उनका वक़्त भी बचेगा, जिस वक़्त

## गुस्सा?

को वो कुरआने करीम की तिलावत और जिक्र व अज़्कार और दूसरे आमाल में लगा लेंगी। भजिये (पकोड़े), समोसे कभी कभी बना लें रोज़ रोज़ उसकी क्या ज़रूरत?

ये सुनकर एक साहब को बड़ा गुस्सा आया और फरमाने लगे के खूद के घर बीसियों आयटम होते होंगे, खूद तो खाते हैं और दूसरों को मना करते हैं। भला बताएं ये भी कोई गुस्से की जगह थी? अगर वो भजिये, समोसे के आशिक हैं तो खाते रहते। इस में गुस्से की क्या बात थी? बस बात सिर्फ ये है के हर बात में

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

जिन लोगों को गुस्से की आदत होती है वो अकेले भी रहते हैं तो गुस्से में रहते हैं। रास्ता खराब हो तो गुस्सा ..... ट्रैफिक जाम हो तो गुस्सा ..... लंबे वक्रफे के सिग्नल पर गुस्सा, ट्रैफिक पुलिस पर गुस्सा ..... किसी गाड़ी वाले से साइड मांगी और साइड नहीं दी तो गुस्सा ..... और गुस्से में हॉर्न बजाए जा रहें हैं और लाइट पर लाइट मारे चले जा रहें हैं। मुसलसल हॉर्न और लाइट की वजह से जिस से साइड मांगी थी अब उसको गुस्सा आना शुरू हुआ।

उसने खिड़की के बाहर हाथ निकाला और ऊपर की तरफ इशारा किया के बहुत जल्दी है तो उड़कर चला जा। नहीं देता साइड, देखता हूँ तू क्या करता है?

बाज़ साइड नहीं देते और उनका शीशा भी बंद होता है तब अंदर से आवाज़ लगाते हैं कि नहीं देता साइड, जा!

हेवी गाड़ी चलाने वाला राइट से चलता है, उसके पीछे से छोटी गाड़ी वाला गुस्से में कहना शुरू करता है कि “अरे इससे किस ने कह दिया राइट से चलने के लिए, इसको तो लेफ्ट साइड में चलना चाहिए, “ना जाता है ना जाने देता है”। अब बराबर में बैठा दोस्त कहता है क्या करे रोड पर चलने का क़ानून तो मालूम नहीं, रिश्तत देकर लाएसंस ले लिया है। गाड़ी चलाने वाले ने कहा के हाँ यार रिश्तत ने सारे देश का कबाड़ा कर दिया है। अभी तुम ने खबर सुनी क्या? शैम्पू से दूध बना रहें हैं, एक लिटर शैम्पू का दस लीटर दूध, पकड़े गए, रिश्तत दी, छूट गए, अब पहले से ज़्यादा ढिटाई से बना रहें हैं। हफ़्ता तै हो गया और अब ये नंबर एक का धंदा हो गया।

अभी ये दोनों गुस्से ही में थे कि एक स्कूटर वाले ने ओवरटेक किया, दोनों टकराते टकराते बचे। गाड़ी वाले ने स्पीड बढ़ाई, स्कूटर वाले के बराबर पहुंचा, जल्दी से काँच उतारा और कहा ओ ..... अभी टकरा जाता तो ! ..... स्कूटर वाले को भी गुस्सा आया, उसने कहा तुझको गाड़ी चलाना आता है क्या? दोनों गुस्से में भरी आँखों से एक दूसरे को देखते रहे। ये तो अच्छा है कि यहाँ बम्बई में किसी के पास टाइम नहीं है



## गुस्सा?

इसलिए जल्दी से आगे बढ़ गए। कुछ दूर तक गाड़ी में बैठे हुए स्कूटर वाले को बुरा भला कहते रहे और अपना गुस्सा उतारते रहे और स्कूटर वाला हवा ही में गालियाँ बकता चला गया। सब एक दूसरे पर गुस्सा ..... गलती किसी की नहीं ..... मगर हर एक को हर एक पर गुस्सा।

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

कुछ दूर तक गाड़ी में बैठे हुए दो आदमी आपस में बात कर रहे हैं कि “बरसाती कीड़ों की तरह जब से रिक्षावाले रोड पर आए रोड पर चलना ही मुश्किल हो गया”। राइट से लेफ्ट जाना, लेफ्ट से राइट जाना और कोई सिग्नल ना देना। इतने में अचानक आगे वाले रिक्षा ने ब्रेक मारा, गाड़ी टकराने से बच गई, ये दोनों उतर कर रिक्षा वाले के पास गए, ऐ ..... क्या करता है ! अचानक ब्रेक मारता है ? अभी एक्सिडेंट हो जाता तो ? रिक्षा वाले ने कहा ! साहब ! पैसंजर ने कहा के रोक दो तो मैंने रोक दिया। अबे ..... तुझे आगे बढ़ाकर साइड लगाना चाहिए था ना ! पास से गुजरते हुए कुछ लोगों ने गाड़ी वालों से कहा साहब ! रोड पर तो ये होता ही रहता है। कहाँ तक समझाएंगे, किस किस पर गुस्सा करेंगे ? गाड़ीवाले अपनी गाड़ी में बैठ गए, चलते रहें। गोवंडी शिवाजी नगर का सिग्नल आया। हरा सिग्नल है लेकिन ये जा नहीं सकते, क्योंकि रिक्षा वाले सिग्नल तोड़ कर तेजी से भागे जा रहे हैं, एक बोला सब्र कर यार, कहाँ तक गुस्सा करेगा। ये पुलिस वालों को हफ्ता देते हैं, इसलिए उनको कोई पुलिस वाला कुछ बोलता नहीं। गुस्से में गालियाँ देते हुए सिग्नल क्रॉस किया और आगे बढ़ गए।

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

फन्न की अज्ञान सुन कर आँख खुली, जल्दी से उठे, सिरहाने मिस्वाक के लिए हाथ बढ़ाया तो मिस्वाक नहीं, जोर से आवाज़ लगाई, अरे ! मिस्वाक कहाँ चली गई ? आज वैसे भी देर से नींद खुली है, अज्ञान भी हो चुकी है इधर उधर निगाह दौड़ाई, नज़र नहीं आई तो दोबारा कहा, अरे ! सुन रही हो ! मिस्वाक कहाँ चली गई ? बीवी किचन में थी, चूल्हा जल रहा था, पुराने फ्रीज से आवाज़ आ रही थी, ऐक्जॉस्ट फैन भी शोर मचा रहा था, शोर की वजह से बीवी आवाज़ सुन ना सकी, शौहर ने दूसरी मर्तबा गुस्से के साथ तेज़ आवाज़ में कहा, अरे ! कहाँ चली गई ? सुनती क्यों नहीं ? मेरी मिस्वाक कहाँ चली गई ? बीवी ने कहा मुझे क्या पता ? जहाँ रखते हैं वहीं होगी। गुस्सा और तेज़ हो गया, और जोर से कहा, यहाँ होती तो तुम से क्यों पूछता ? ये सुन कर बीवी ने किचन का काम छोड़ा और जाकर बाथरूम में देखा तो मिस्वाक वहाँ

## गुस्सा?

मौजूद थी। कहा कि मिस्वाक तो यहाँ बाथरूम में रखी है। मिस्वाक मिल गई लेकिन गुस्से का असर बाक़ी रहा, जल्दी जल्दी वुजू बनाया और घर से बाहर निकले। ये तो हुवा नमाज़ी शौहर का बीवी पर गुस्से का एक नमूना। जो बज़ाहिर सुन्नतों का इस क्रदर एहतेमाम करता है कि सुन्नत के एहतेमाम में मिस्वाक सिरहाने रखता है, मगर गुस्से का इस क्रदर शिकार है कि सुबह होते ही बीवी पर बे जा गुस्सा करके हराम काम करता है।

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

एक साहब जो पक्के नमाज़ी और तकबीर उला के भी पाबन्द हैं, फ़ज़्र की नमाज़ के लिए घर से निकले। उनके फ़्लैट के और उनके दाएं बाएं फ़्लैट के दरवाज़े करीब करीब हैं। इसलिए एक दूसरे के चप्पल, एक दूसरे के दरवाज़े के सामने पहुँच जाते हैं, बाहर निकलते ही पड़ोसियों के कुछ चप्पल उनके दरवाज़े के सामने नज़र आएँ। चप्पलों पर निगाह पड़ते ही आग बगोला हो गए, हवा में हाथ हिला हिला कर कहने लगे, ये लोग कुछ समझते ही नहीं, अपने चप्पल मेरे घर के सामने उतारते हैं, क्या रोज़ रोज़ का दस्तूर बनाकर रखा है? सुबह के सन्नाटे में आवाज़ घर के अंदर बीवी तक पहुँच गई, बीवी अपने नमाज़ी शौहर के गुस्से से वाकिफ़ थी, घबराकर बाहर निकली कि खुदा जाने उन्होंने किस से झगड़ा शुरू कर दिया, बीवी की तरफ पलट कर बोले “ये लोग ऐसे मानने वाले नहीं हैं एक थैली लाओ! मैं सारे चप्पल भरूँ और कचरे के ढेर में फेंक दूँ। बीवी ने कहा आप शरीफ़ आदमी हैं, हालाँकि वो खूब जानती है कि कितने शरीफ़ हैं। हर वक़्त गुस्सा ..... क्रदम क्रदम पर गुस्सा।

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

एक हाजी साहब सुबह की नमाज़ के लिए गलियाँ क्रॉस करते हुए रोड पर पहुँचे, मस्जिद रोड के दूसरी तरफ़ थी। सर्दी के दिनों में फ़ज़्र की नमाज़ देर में होती है, जमात का वक़्त छे चालीस था, और बम्बई जैसे शहर में तो छे चालीस पर अच्छी खासी चहल पहल शुरू हो जाती है। अपने अपने बच्चों को स्कूल पहुँचाने वाले और दूसरी ज़रूरिय्यात के लिए लोग पैदल और गाड़ियों के ज़रिये एक साथ सड़कों पर आ जाते हैं, ट्रैफ़िक बढ़ जाती है, हर आदमी जल्दी में होता है, हाजी साहब को भी जल्दी थी, इतने में एक नमाज़ी और आ गए, उन्हें भी मस्जिद जाना था, गाड़ियाँ रुक नहीं रही थी। दोनों नमाज़ियों को गुस्सा आ गया कहने लगे : इतनी सुबह सुबह ..... इतनी गाड़ियाँ ..... ? हद हो गई ..... ? रोड़ क्रॉस करना भी मुश्किल हो गया है। एक



## गुस्सा?

जमाना था के बड़े मुश्किल से यहाँ कोई गाड़ी नज़र आती थी, दूसरे साहब बोले ! ओरे हाजी साहब ! जब से गाड़ियाँ लोन पर मिलने लगीं, तब से तो रोड़ पर गाड़ियाँ ही गाड़ियाँ नज़र आने लगीं। घर में खाने को हो न हो ..... गाड़ी ज़रूर चाहिए। दूसरों पर तंज़ और हिंकारत भरे लेहजे और जज़्बात के साथ दोनों नमाज़ी मस्जिद के दरवाज़े तक पहुँच गए।

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

और सुनिए, मस्जिद के बाहर एक साहब की दूध की दुकान है, फ़ज़्र की नमाज़ से पहले मस्जिद में दाखिल हुए और तेज़ी के साथ इस्तिज़ा खाने की तरफ बढ़े, वहाँ देखा तो लंबी लाइन लगी हुई है। लंबी लाइन देखते ही उन्हें तेज़ गुस्सा आया, ज़ोर ज़ोर से कहने लगे : जिन का यहाँ घर है वो अपने घर से फारिग होकर क्यों नहीं आते ? यहाँ क्या लाइन बढ़ाते हैं। ये सुनते ही लाइन में खड़े एक साहब को उन पर गुस्सा आ गया : क्या घर में दस टॉइलेट होते हैं क्या ? घर के सारे लोग नमाज़ के लिए उठते हैं और आज कल तो बच्चों के स्कूल का टाइम भी ऐसा है, घर के सारे लोगों को फारिग होना होता है, यहाँ नहीं आएंगे तो कहाँ जायेंगे ? गुस्से में कुछ और कहा सुना हुआ आवाज़ बुलंद हुई, वुज़ू बनाते हुए लोग भी उठ कर आ गए कि क्या हो रहा है। इतने में ट्रस्टी साहब जो मस्जिद की सीढ़ियाँ चढ़ रहे थे वो भी पलट आए, क्या हो रहा है, क्या हो रहा है ? ट्रस्टी साहब के पूछने पर एक साहब जो भाई टाइप के हैं, ट्रस्टी पर बरस पड़े, मैं आप से कितनी बार कह चुका हूँ कि ये टॉइलेट पन्धरह साल पहले बने थे, जिस वक़्त आबादी बहुत कम थी, मुसलमानों के ना इतने मकान थे ना दुकानें, अब आबादी इतनी बढ़ चुकी और तब्लीग़ वालो की मेहनत से नमाज़ियों की तादाद कितनी बढ़ गई, क्या मैं इस से पहले भी बार बार नहीं कह चुका हूँ कि दस टॉइलेट और बनवा दीजिए, मस्जिद में जगह भी है और फंड भी, और आप हैं कि सुनने को तैयार नहीं ! ये सारा फसाद आप की वजह से हो रहा है। ये सुनते ही नमाज़ी ट्रस्टी को गुस्सा आ गया, वो भड़क उठे, कहने लगे : क्या मस्जिद में म्युन्सिपल्टी का शौचालय बनाना है ? लोग अपने घरों से फारिग होकर क्यों नहीं आते ? दूसरे साहब बोले कि ट्रस्टी साहब ! आप के पाँच बच्चे हैं और पाँचों फ़ॉरेन में रहते हैं, और इतने बड़े प्लॉट में तो सिर्फ आप मियाँ बीबी ही रहते हैं ना ! आप तो कहेंगे ही के सब को घर से फारिग होकर आन चाहिए। अब क्या पूछना था, एक मुद्दत से गुस्से में भरे हुए नमाज़ी मौक़े की तलाश में थे और ट्रस्टी को कुछ कह नहीं पा रहे थे, आज सब को मौक़ा मिल गया, एक ने ज़ोर से कहा : ट्रस्टी लोगों को तो मस्जिद ही में फारिग होना

## गुस्सा?

चाहिए ताके पता चले कि टाइलेट में कितनी गन्दगी है, उसमे बैठना ही मुश्किल होता है। ट्रस्टी साहब उसकी तरफ पलट गए : पाखाने में पाखाना नहीं होगा तो और क्या होगा ? क्या डाइनिंग रूम है ? एक संजीदा समझदार आदमी ने जिस को गुस्सा तो था ; लेकिन गुस्से के नुक्सानात को जानता था, इसलिए उसने ट्रस्टी साहब को बड़े प्यार से पूछा, क्या आप के घर के टाइलेट में ऐसी ही गन्दगी भरी हुई है जैसा यहाँ मस्जिद के टाइलेट में है ? ट्रस्टी साहब आप इतना ही सोच लेते कि मस्जिद अल्लाह का घर है उसकी सफ़ाई अपने घर से ज़्यादा होनी चाहिए। अब उस भाई टाइप के आदमी ने भी ज़ोर से कहा : आप से नहीं होता तो आप ज़िम्मेदारी छोड़ दीजिए ना ..... हम मस्जिद की साफ़ सफ़ाई करके बता देंगे के सफ़ाई किस का नाम है। किसी ने पीछे से आहिस्ता से कहा के ट्रस्टी साहब तो हाथ की सफ़ाई में लगे हुए है। (वाज़ेह रहे के मस्जिद की आमदनी बहुत ज़्यादा है) लाइन में खड़े एक साहब, जो अब तक खामोश थे, सब को गुस्से में देख कर उनको भी गुस्सा आ गया, उन्होंने कहा के ये लोग ना करते हैं ना करने देते हैं। इतने में पाखाने से फारिग होकर निकलने वाला एक आदमी (लगता है के इन बातों को सुन सुन कर अंदर ही पेच व ताब खा रहा था) कमरबंद बांधता हुवा बाहर निकला और बोला : इलेक्शन हुए कितने साल हो गए, दस साल से इलेक्शन नहीं हुवा है। मैं यहीं का रहनेवाला हूँ, ये तो बाहर से आए हैं, पैसों के ज़ोर पर ट्रस्टी बन गए हैं, अब तो हम लोग इलेक्शन करवाके रहेंगे, क्यों नमाज़ी भाइयों क्या राय है आप लोगों की ? सब लोगों ने कहा हाँ ! ज़रूर इलेक्शन होना चाहिए, गुस्से के जज़्बात से भरी हुई कुछ आवाज़ें बैतूल खला के अंदर से भी आईं के हाँ ज़रूर होना चाहिए। इतने में इक्रामत शुरू हो गई और सब लोग सफ़ में खड़े हो गए, गुस्से के भरपूर जज़्बात के साथ दुश्मनों से लड़ते हुए और पूरी सोच के साथ नए ट्रस्टी का इन्तेखाब करते हुए नमाज़ पूरी की गई।

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

सास ने अपने कमरे में बहू को आवाज़ दी ..... शहनाज़ कहाँ हो ? जल्दी आओ ! बहू किचन में थी, उसने सोचा कि दूध उबलने ही वाला है, उबल जाए तो चूल्हा बंद करके जाऊँ। इतने में सास की गुस्से में भरी आवाज़ दोबारा आई, अरे सो रही हो क्या ? वहाँ गुस्से में सास उबल रही थी, और यहाँ चूल्हे पर दूध उबल रहा है। बहू ने कहा आ रही हूँ अम्मी, आ रही हूँ। (जी में कहा के मरती भी नहीं) शहनाज़ पहले से भी सास पर बहुत नाराज़ थी मगर गुस्सा उतार नहीं सकती थी, इतने में उसका छोटा बच्चा अमिर किचन में आ गया, और रोते रोते कहने लगा ! अम्मी चड्डी में पेशाब



## गुस्सा?

निकल गया, उसने आमिर को एक झापड़ लगाया ..... नालायक कहीं का ! बताया नहीं, सास को अंदाज़ा हो गया कि बहू ने आमिर को मारा है। सास गुस्से में फट पड़ी ..... चिल्लाई शहनाज़ .....! तेरा हाथ बहुत चलने लगा है। शहनाज़ ने भी दिल ही दिल में कहा ..... बूढ़ी तेरी ज़बान बहुत तेज़ चलने लगी है। शहनाज़ को सास के रोज़ रोज़ के गुस्से और ताने याद आए, कहने लगी : ऐ अल्लाह आज शबे जुमा है तेरा वादा है कि आज के दिन तू दुआ क़बूल करता है और दिल से मांगी हुई दुआ कभी रद्द नहीं करता, मैं आज दिल लगाकर तुझसे दुआ करती हूँ के आज ही इस ज़ालिम सास को उठाकर मुझ पर और मेरी नस्लों पर रहम फरमा।

सास का बहू पर गुस्सा ..... बहू का सास पर गुस्सा  
गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

एक साहब टेलीवीज़न पर मैच देखने के बहुत आशिक्र थे, मैच देखते हुए जिस टीम से उन को मुहब्बत थी वो हारने लगी तो उनका ब्लड प्रेशर हाई होने लगा, अख़ीर में जब आख़री ओवर में जीत और हार का फैसला होनेवाला था, उनकी हालत ऐसी हो गयी थी कि करीब था कि उनको हार्ट अटैक हो जाए। आख़री बॉल पर जब उनकी टीम हार गई तो उनके हाथ में जो मोबाइल था उसी को टेलीवीज़न पर दे मारा, टेलीवीज़न भी टूटा और मोबाइल का डिस्प्ले भी ख़राब हो गया।

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

गुस्ल ख़ाने में गुस्ल करते हुए एक साहब अपने दुश्मन के तसव्वुर में ऐसा डूबे के उनको ऐसा लगा उनका दुश्मन सामने ही है। उन्होंने इस तसव्वुर में ज़ोर से एक मुक्का मारा, उनका हाथ गुस्लख़ाने की दीवार से टकराया और उंगलियों की हड्डियाँ टूट गई।

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

गुस्से की वबा आज इस क़द्र आम हो गई है के क्या बड़ा क्या छोटा, क्या मर्द क्या औरत, क्या बाप क्या बेटा, क्या सेठ क्या मुलाज़िम हर एक गुस्से की आग में झुलस रहा है। आपस में एक दूसरे पर गुस्सा तो दरकिनार लोगों को खुदाई क़ानून पर भी गुस्सा आने लगा। बारिश ना हो तो गुस्सा, बारिश ज़्यादा हो तो गुस्सा, धूप तेज़ हो तो गुस्सा, सर्दी ज़्यादा हो तो गुस्सा, गर्मी हो तो गुस्सा।

एक साहब ने कहा के मेरा सब काम अटक जाता है, जिस काम में भी हाथ डालता हूँ वो काम ख़राब हो जाता है, तंग आकर मैंने दो साल से नमाज़ वगैरा छोड़ दी है,

## गुस्सा?

अलबत्ता अभी अल्लाह से नाराज नहीं हूँ। (अल इयाजु बिल्लाह ) गर्ज गुस्से की तबाही से आज पूरा मुआशरा मुतअस्सिर है। मियाँ बीवी की मुहब्बत गुस्से की भेंट चढ़ी हुई है, वालिदैन और औलाद के दर्मियान भी इसी गुस्से की वजह से तनाव का माहोल बना हुआ है, मातहत और सरप्रस्तों के में इसी गुस्से की वजह से नफरत की आग भड़क रही है। और हद तो ये है के दीनी मर्कज और तालीमी इदारे भी उस से महफूज नहीं रह सके। गुस्से के आदी लोगों से उनके माँ बाप भी महफूज नहीं। जिस माँ के क्रदमों के नीचे जन्नत की खबर दी गई है और जिस बाप को जन्नत का दरवाजा बताया गया है, बुढ़ापे में बे सहारा हो जाने के बाद और अपनी जवानी को अपनी औलाद की कामयाबी के लिए मेहनत व मशक्कत में घुला देने के बाद, हर लम्हे वालिदैन को ये डर लगा रहता है के शायद उनकी कोई बात उनकी औलाद को बुरी ना लग जाए, और ये हम पर बरस ना पड़ें, इसलिए उन्हें अपनी किसी जरूरत के इजहार के लिए भी पहले कई बार सोचना पड़ता है कि अपनी फुलां जरूरत बेटे के सामने रखी जाए या ना रखी जाए ..... और कही भी जाए तो किस अंदाज से कही जाए कि कहीं साहबजादे को बुरा ना लग जाए।

मैं आप को एक ऐसा वाक़ेआ सुनाऊँ जिस को सुन कर आप को बहुत हैरत होगी और आप शायद ये सोचेंगे कि ये कोई मन घड़त बात है जिस को मौजूअ की मुनासबत से घड़ लिया गया है, जिस का हकीकत से कोई तअल्लुक नहीं, आप जो चाहे समझे ; वाक़ेआ तो वैसा ही है जैसा मैं कह रहा हूँ। एक साहब जिन से मेरी मुलाक़ात, जहाँ तक याद पड़ता है सन १९७५ ई. से है मुझसे उमर में बड़े है और अभी जिंदा भी हैं, उस वक़्त भी तहज्जुद पढ़ते थे, जमाअत और बुजुर्गों के पास भी जाना होता था और हर वक़्त दूसरों के काम आने की फ़िक्र में रहा करते थे। उनकी वजह से ना जाने कितने लोग नमाज़ी बन गए। उनकी मदद से ना जाने कितने हाफ़िज़ और आलिम बन गए। घर से बाहर उनकी मुलाक़ात किसी से होती तो हर एक की ज़बान पर ये बात होती कि कितना बा अख़्लाक़ आदमी है, लेकिन जब उन्हीं के बारे में उनकी बीवी से पूछा जाए कि तुम्हारे शौहर कैसे हैं ? तो शायद शौहर का तज़्किरा सुनते ही वो सहम जाए। बीवी तो दरकिनार उनके गुस्से का आलम ये है कि एक दिन मुझसे कहने लगे आज तो मैं मेरी माँ को मारता मगर छोड़ दिया। एक दफ़ा एक आलिम जिनका शुमार बुजुर्गों में होता है, उनसे मुलाक़ात करके आए, वहाँ किसी मामले पर कोई बात हुई और बात कुछ बढ़ गई, वहाँ से उठ कर चले तो रास्ते में मुझसे मुलाक़ात हो गई, कहने लगे आज तो आपको छोड़ दिया वरना बहुत मारता ..... (अल इयाजु बिल्लाह ) उनके बेटे से मुलाक़ात हुई तो कहने लगे के अब्बा-अम्मी की



## गुस्सा?

ज़िन्दगी को देख कर तो मैंने तै कर लिया है के शादी ही नहीं करूँगा। मैंने उनको समझाया कि घर में किस तरह रहा जाता है, और झगड़ों से पाक घर किस तरह बनता है, इसको सुन कर वो शादी पर आमादा हुए और शादी के कुछ दिनों बाद तक वो मुसलसल मुलाक़ात करते रहें और मौक़ा बमौक़ा मैं उनको ऐसी बातें बताता रहा जिन पर अमल करके घरेलू ज़िन्दगी को गुस्से से पाक किया जा सकता है। कुछ ही दिनों के बाद वो कहने लगे कि मेरा घर तो चैन व सुकून का गेहवारा है। अल्लाह आप को जज़ा एख़ैर दे।

बाप का दिल हर वक़्त गुस्से में जल रहा है और जली कटी बातों से माँ का कलेजा छलनी हो रहा है। जिसे देख कर बेटा शादी से घबरा रहा है, ये सब गुस्से का नतीजा है

गुस्सा ..... गुस्सा ..... गुस्सा

अगर इन्सान बज़ाहिर दीनदार हो, दीन की ख़िदमत भी कर रहा हो और अल्लाहवालों से उसके तअल्लुक़ात भी हों और ज़िक्रुल्लाह में भी लगा हो, मगर वो खुद किसी हराम काम को बग़ैर तौबा के मुसलसल कर रहा हो तो ये एक ख़तरनाक रूहानी बीमारी है, जिस के होते हुए ऊपर लिखी हुई बातों का कोई नफा नहीं हो सकता, बल्के मर्ज़ और बढ़ता जाता है। इसलिए ज़िक्रुल्लाह से नफा हासिल करने के लिए गुनाहों से बचना ज़रूरी है। इसी बात को हज़रत मुजहिदे अल्फे सानी रह. फरमाते हैं कि हुक़मा के नज़दीक मुक़रर है कि मरीज़ जब तक बीमारियों से तन्दुरुस्त ना हो जाए; कोई ग़िज़ा उसे फ़ाएदा नहीं देती। अगरचे मुर्गे बिरयां हो, बल्के ग़िज़ा ऐसी सूरत में मर्ज़ को बढ़ा देती है। इसी लिए हुक़मा पहले उस मर्ज़ को दूर करने की फ़िक्र करते हैं, फिर उसके बाद ग़िज़ाओं के साथ आहिस्ता आहिस्ता उसको असली कुव्वत की तरफ लाते हैं। पस आदमी जब तक मर्ज़े क़ल्बी (मसलन तकब्बुर, गुस्सा वगैरा) में मुब्तला है; कोई इबादत व ताअत उसको फ़ाएदा नहीं देती, बल्के उसके लिए मुज़िर् है।

“रुब्ब तालिं लिल्कुरआनि वल्कुरआनु यलअनुहू”

कि बहुत से लोग कुरआन इस तरह पढ़ते हैं कि कुरआन उन पर लानत करता है। (इश्आदाते मुजहिदे अल्फे सानी रह.) यही मज़मून हज़रत मौलाना क़ारी सिद्दीक़ साहब रह. कि बयान के एक इक़तेबास से मुलाहज़ा फरमाइए, जो हज़रत ने बारा मूला के तब्लीगी मर्कज़ मस्जिदुर्रशाद में तब्लीगी साथियों और ज़िम्मेदारों को मुखातब करके फरमाया था। (जिस को माहनामा अन्नूर, बांडीपूरा, कश्मीर ने अपने खुसूसी शुमारे सादिक़ीन नंबर के सफ़हा १५८ पर लिखा है): “मेरे भाइयों! अगर आदमी अपने अंदर तब्दीली पैदा नहीं करता और अच्छे आमाल में किसी दर्जे में लगता है

और अच्छी बात भी कहता है तो उसके अंदर गिज़ा भी वैसी ही बनती है। उसकी वो बात उसी की गिज़ा बनेगी जो वो अमल करता है। बुजुर्गों ने लिखा है के आदमी ज़िक्र करता है और अख़लाक़ उसके ठीक नहीं हैं तो वो ज़िक्र बदअख़लाकी की गिज़ा बनेगा। जिन मआसी के अंदर लगा हुआ है, उस ज़िक्र से उन मआसी को तक्रियत पहुँचेंगी, गुनाह करता है तो गुनाह के अंदर और ज़्यादा ताक़त पैदा होगी। और अच्छा अमल करता है तो उस अमल के अंदर ताक़त पैदा होगी। गिज़ा का काम है ताक़त बनाना, ताक़त पहुँचाना”।

(माहनामा अन्नूर, सादिकीन नंबर स. १५)

सहाबा ए किराम रज़ि. की सीरत से मालूम होता है कि ज़माना ए जाहिलियत में गुस्सा उनकी घुट्टी में पड़ा हुआ था। उनके दर्मियान मामूली-मामूली बातों पर तलवारें निकल जाती थीं, और नस्लों तक उस गुस्से और दुश्मनी की आग भड़कती रहती थी, मगर जब उन्होंने ने अल्लाह के नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की सुहबत इख़्तियार फरमाई और अपनी अख़लाकी ख़ामियों की इस्लाह का सिलसिला शुरू किया तो रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने उनको गुस्से की हलाकतों से आगाह किया और उससे बचने की ताकीद फरमाई और उन्हें इस हक़ीक़त से आगाह किया कि जो इन्सान दुनिया में गुस्से से ना बचे वो आखिरत में अल्लाह रब्बुल इज़्ज़त के ग़ज़ब से नहीं बच सकता। फिर नतीजा ये हुआ कि सहाबा की अदावत और दुश्मनियाँ उखुव्वत व मुहब्बत में तब्दील हो गईं। नफ़्स के लिए गुस्सा करने वाले, नफ़्स के खिलाफ़ गुस्सा करने वाले बन गए। किसी की तेज़ निगाह भी बर्दाश्त ना करने वाले दूसरों के लिए अपनी जान व माल; बल्के जज़्बात की कुर्बानी देने वाले बन गए।

**“ख़ूद ना थे जो राह पर औरों के हादी बन गए”  
“क्या नज़र थी जिसने मुर्दों को मसीहा कर दिया”**

गुस्से की तबाहियों को मैंने ख़ूद बहुत करीब से देखा है। जब मैंने नफ़्स के तज़किये के लिए अपने शेखे अव्वल हज़रत मौलाना अब्दुल हलीम साहब नव्वरल्लाहु मर्कदहू से रुजूअ किया तो सब से पहले गुस्से का इलाज ही मालूम किया। चुनांचे मुझे तजरबा हुआ कि ये मर्ज़ निहायत शदीद है और उसके जरासीम बहुत मुश्किल से क़ाबू में आते हैं। उन के अस्बाब पर बहुत कड़ी नज़र रखने की ज़रूरत पेश आती है। नफ़्स के चोर दरवाज़ों पर बहुत बेदार मज़्जी के साथ चौकीदारी करनी पड़ती है और मुसलसल किसी साहिबे दिल से राबता काएमरखना पड़ता है, तब कहीं जाके ये मर्ज़ क़ाबू में आता है। और अगर गुस्से के इलाज से ग़फलत बरती गयी तो उस से उठने



वाले शोले दूसरी तमाम इबादात के अन्न व सवाब को भी खाकेस्तर कर देते हैं। वजह इसकी ये है कि गुस्से से निकलने वालीं तमाम शाखें हुकूकुल इबाद से तअल्लुक रखती हैं और हुकूकुल इबाद के मुआमले में गफलत बरतने वालों की क्रयामत के दिन ऐसी बुरी हालत होगी कि बस अल्लाह की पनाह ! मैदाने महशर में मीज़ाने अद्ल काएम किया जाएगा और मीज़ान के एक पलड़े में कुसूर और दूसरे पलड़े में उसका रद्दे अमल रखा जाएगा इस तौर पर कि .....बीबी की कोताहियाँ एक तरफ होंगी ..... और शौहर का गुस्सा और इताब दूसरी तरफ नोकरों की कोताहियाँ एक तरफ होंगी ..... और आक्राओं की डांट डपट दूसरी तरफ मातहतों की गलतियाँ एक तरफ होगी ..... और सर परस्तों की मार पीट दूसरी तरफ तलबा के कुसूर एक तरफ होंगे और पढ़ानेवाले की सख्ती और सज़ाएं दूसरी तरफ वो दिन महशर का होगा, और फैसला खालिके काएनात के सामने किया जाएगा फिर हर एक को अपने अमल का पूरा पूरा बदला दिया जाएगा, वो दिन ऐसा होगा के मियाँ बीबी, हाकिम व महकूम और उस्ताज़-शागिर्द के दर्मियान अद्ल व इंसाफ का तो क्या कहना ; जानवरों को भी उस वक़्त तक मिट्टी में नहीं मिलाया जाएगा जब तक उनके दर्मियान अद्ल व इंसाफ का मुआमला ना कर दिया जाए।

वहाँ बहुत से लोग नेकियों का पहाड़ लेकर हाज़िर होंगे; मगर बन्दों पर ज़्यादाती करने की वजह से उनकी सारी नेकियाँ दूसरों के हवाले कर दी जाएंगी, और उनको घसीट कर जहन्नम में फेंक दिया जाएगा। अल्लाह के नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने ऐसे ही लोगों को उम्मत का हक़ीक़ी मुफ़्लिस करार दिया है। अल्लाहुम्महफ़ज़्नाहु मिन्ह गुस्से की इन्हीं तबाहियों के पेशे नज़र कई बार दिल में ये तक्राज़ा हुवा कि उसकी तबाही का मज़ीद इस्तेज़ार खूद अपने दिल में पैदा करना और लोगों को उसकी हलाकतों से आगाह करना और जो वाकिफ़ हैं उन्हें बतलाना वक़्त की अहम् ज़रूरत है। कई साल पहले भी इस मौज़ूअ पर इतवार की हफ़्ता वारी मज्लिस में बयानात हुए थे, फिर गुज़िशता नौ मज्लिसों में लगातार इसी मौज़ूअ पर गुफ़्तगू की गई। चूंकि मैं बयान अपने फायदे कि निय्यत से करता हूँ इसलिए मुझे इन बयानात से काफ़ी नफ़ा हुवा। और मज्लिस में हाज़िर होनेवाले नीज़ इंटरनेट पर बयानात सुनने वाले भी ख़बर देते रहे कि उन्हें भी बड़ा फ़ाएदा हुवा। इधर कुछ दिनों से मेरे मुहसिन व मुआलिज डॉक्टर फज़ल रावत जो माहिरे नफ़िसय्यात भी हैं, और अमराज़ की तह तक पहुँचने का अल्लाह तआला ने उन्हें ख़ास मलका और सलाहियत अता फरमाई है। उन्होंने ने जब मुझे ख़िलाफ़े तबअ़ बातों पर रंजीदा होने और कुढ़ने के जिस्मानी नुक्सानात से बार बार आगाह किया तो मेरे शेख़े अब्बल की बातें फिर से ज़हन में



## गुस्सा?

ताजा हो गई। हकीमुल उम्मत हजरत थानवी रह. की “गुस्से का वबाल और उसका इलाज” और हजरत मौलाना शाह वसियुल्लाह साहब नव्वरल्लाहू मर्कदहू का रिसाला “गुस्सा और उसका इलाज” जिससे मुझे बहुत फायदा हुवा है, फिर से अमल की निय्यत से पढ़ा।

ये किताबें इस बारे में बहुत अच्छी और काम की किताबें हैं मगर इल्मी अंदाज़ में होने की वजह से हर एक के लिए समझना मुश्किल था।

इसलिए जरूरत महसूस हुई के अकाबिर की इन्हीं किताबों की रौशनी में सहल अंदाज़ में इस मौजूअ पर कुछ तफ्सीली रोशनी डाली जाए। ज़ेरे नज़र किताब इसी इरादे और जरूरत की तक्मील है। इस मर्ज पर काबू पाने की कोशिशों के बावजूद जब भी अपना मुहासबा करता हूँ तो एहसास यही होता है कि इस मर्ज का असर काफ़ी हद तक मेरे अंदर अब भी मौजूद है, इसलिए इस किताब को मैं खूद अपनी इस्लाह का जरिया तसव्वुर करता हूँ। और मुसलसल नौ बयानात के बाद भी जी यही चाहता है कि अपनी इस्लाह की निय्यत से इस मौजूअ पर और भी बयानात करूँ, शायद कि किताब पढ़ने वालों और बयानात सुनने वालों के इख़लास की बरकत से अल्लाह तआला मुझ पर मेहेरबानी फरमाकर मेरी कामिल इस्लाह फरमा दें। अल्लाह रब्बुल इज़्जत की बारगाह में दुआ भी करता हूँ के हमारी इस हकीर सी कोशिश को क़बूल फरमाए, गुस्से की तबाहियों और हर क्रिस्म की हलाकतों से हमारी और उम्मत की हिफाज़त फरमाए और बिल्खुसूस तमाम ज़ालिमों को जुल्म से रोक दे और मज़्लूमीन की मदद फरमाए। इस किताब की जमा व तर्तीब और तज़ईन व तबाअत के सिलसिले में इआनत करने वाले तमाम मुआविनीन खुसूसन अजीज़म मुफ़्ती मुतीज़रहमान सल्लमहू को दारैन की सआदत नसीब फरमाए।

(आमीन )

शकील अहमद, पनवेल, नई बम्बई

**पहला हिस्सा: गुस्सा कुरआन व हदीस की रोशनी में**

**गुस्सा कुरआन की रोशनी में**

कुरआने करीम की मूतअद्दिद आयात में अल्लाह सुब्हानहु तआला ने गुस्से की बुराई और उस को ज़ब्त करने की फ़ज़ीलत बयान फरमाई है। सूर ए शूरा की एक आयत में गुनाहों से बचने वालों का तज़्केरा करते हुए खास तौर से उन लोगों की तारीफ़ की गई है जो गुस्से की हालत में (जिस पर गुस्सा आए उसको) माफ़ कर देते हैं। अल्लाह तआला का इर्शाद है:

“वल्लज़ीन यज़्तनिबून कबाइरल इस्मि वल्फवाहिश व इज़ा मा ग़ज़िबू हुम यफ़िरून” (सूर ए शूरा)

और वो लोग जो कबीरा गुनाहों और बेहयाई के कामों से बचते हैं और जब गुस्से में आते हैं तो माफ़ कर देते हैं। सूर ए आले इमरान की एक आयत में अपने मख्सूस बन्दों की सिफ़त बयान करते हुए अल्लाह तआला ने उनकी इस खूबी को इस तरह बयान किया है:

“अल्लज़ीन युन्फिकून फिस्सर्इ वज़्ज़र्इ वल्काज़िमीनल गैज़ वल्आफीन अनीन्नासि वल्लाहु युहिब्बुल मुहसिनीन” (आले इम्रान)

जो लोग खुशहाली और तंगी में (फ़ी सबीलिल्लाह) खर्च करते हैं, गुस्से को पी जानेवाले हैं और लोगों से दरगुज़र करते हैं। और अल्लाह तआला नेकी करने वालों को पसंद करता है।

सूर ए तौबा में अल्लाह सुब्हानहु तआला ने नबी अलै. को इस हकीकत से आगाह किया है कि आप के असहाब जो हर वक़्त आप पर अपनी जान व माल कुर्बान कर देने के लिए तैयार रहते हैं, इसकी वजह क्या है? चुनांचे अल्लाह तआला का इर्शाद है:

“वलौ कुन्त फ़ज़ज़ं ग़लीज़ल क़ल्बि लन्फ़ज़्ज़ू मिन अहलिक” (आले इम्रान)

तर्जमा : और अगर आप तुन्दखू (बात बात पर गुस्सा करने वाले) और सख़्त दिल होते तो वो (सहाबा) आप का साथ छोड़ देते।

सहाबा ए किराम रज़ि. रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम से बे इन्तेहा मुहब्बत करते थे। ऐसी मुहब्बत कि ना सहाबा ए किराम से पहले किसी ने ऐसी मुहब्बत देखी और ना सुनी। अल्लाह तआला ने सहाबा ए किराम की जमाअत को शायद अपने रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम से मुहब्बत की मिसाल क़ाएम करने ही के लिए पैदा किया था, ताके उम्मत के लिए नबी से मुहब्बत का नमूना पेश किया जा सके, और सहाबा ए किराम ने भी उसका हक़ अदा कर दिया। गोया

खातिमुल अंबिया सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम पर रिसालत खत्म और सहाबा पर इश्क व मुहब्बत की दास्तान खत्म।

हाल ही में हिरा पब्लिकेशन से एक किताब शायी हुवी है जिस का नाम है “नबी ए करीम सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम से सहाबा ए किराम की मुहब्बत के वाक़ेआत” इस किताब में सहाबा ए किराम के ऐसे वाक़ेआत लिखे हैं, जिन को पढ़कर दिल ये गवाही दिए बग़ैर नहीं रहता के सहाबा ए किराम ने नबी अलै.से मुहब्बत का जो नमूना पेश किया है, वो बस उन्हीं का हिस्सा था। रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के इशारों पर अपनी जान व माल और घर बार की कुर्बानी देना उनके लिए फ़ख़्र की बात थी।

एक सहाबी को गिरफ़्तार करके क़त्ल का हुक्म दे दिया गया और क़त्ल से पहले उनसे पूछा कि क्या तुम ये बात पसंद करते हो कि तुम्हारे बदले तुम्हारे नबी को क़त्ल कर दिया जाए? (अल इयाजु बिल्लाह) उन्हीं ने बरजस्ता जवाब दिया कि मुझे ये भी ग़वारा नहीं कि मेरे महबूब सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम को कांटा चुभे और मैं उसके बदले में क़त्ल से बचा लिया जाऊँ।

सहाबा ए किराम रज़ि. जब रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम का तज़केरा करते तो जोशे मुहब्बत में उनके दिल की ये आवाज़ उनकी ज़बान पर आ जाती :

**फ़िदाह उम्मी व अबी**

कि अल्लाह के नबी पर मेरे माँ बाप कुर्बान हो जाए।

सहाबा ए किराम की इस मुहब्बत को ज़ेहन में रखते हुए अल्लाह के इस फरमान को पढ़िए जिस में अल्लाह तआला ने अपने नबी से ये कहा है कि :“ऐ नबी” !अगर आप ज़बान के तेज़ और दिल के सख़्त होते तो ये सहाबा हरगिज़ हरगिज़ आप के क़रीब ना रहते।

यानी आप पर जान व माल लुटाना तो दरकिनार ;आप के पास रहना भी ये लोग पसंद ना करते। इसलिए कि ज़बान की तेज़ी और दिल की सख़्ती जिस को हम दूसरे अल्फ़ाज़ में बेजा गुस्सा कह सकते हैं, ऐसा क़बीह अमल है कि अगर बिलफ़र्ज़ रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के अंदर भी होता तो सहाबा ए किराम जैसी मुहब्बत करने वाली जमाअत भी रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम को छोड़ कर अलग हो जाती। दीनी इदारों के सर परस्त हज़रात और जमाअत के ज़िम्मेदारों के लिए खुसूसन और हर मुदर्रिस और निगरां बल्के हर ईमानवाले के लिए उमूमन इस आयत में इब्रत का बड़ा सामान मौजूद है। सच है

“निगह बलंद, सुखन दिलनवाज़, जाँ परसोज़”

“यही है रखते सफ़र, मीरे कारवाँ के लिए”



## गुस्सा?

कुरआने करीम में कई मक्कामात पर गुस्सा ज़ब्त करने वालों की तारीफ़ की गई है। एक जगह अपने खास बन्दों की तारीफ़ फरमाते हुए अल्लाह सुब्हानहु व तआला फरमाते हैं :

“वला तस्तविल हसनतु वलस्सय्यिअह, इदफ़अ बिल्लती हिय अहसनु फइज़ल्लज़ी बैनक व बैनहु अदावतुं कअन्नहु वलियुं हमीम”

तर्जमा : और भलाई और बुराई बराबर नहीं हो सकती। तो (सख्त कलामी का) ऐसे तरीके से जवाब दो जो बहुत अच्छा हो (ऐसा करने से तुम देखोगे) कि जिस में और तुम में दुश्मनी थी गोया वो तुम्हारा गर्म जोश (जिगरी) दोस्त है। इस आयत की तफ़्सीर करते हुए मुफ़स्सिर कुरआन सय्यदना इब्ने अब्बास रज़ि, बयान करते हैं कि इस से मुदाद गुस्से के वक़्त सब्र करना और बुराई को माफ़ करना है। (बुखारी)

“वलमन सबर व ग़फ़र इन्न जालिक मिन अज़्मिल उमूर”

तर्जमा : और जो शख्स सब्र करे और माफ़ कर दे, अलबत्ता ये बड़े हिम्मत के कामों में से है।

मुस्लिहल उम्मत हज़रत मौलाना शाह वसियुल्लाह साहब रह. फरमाते हैं कि : क्या सालिहीन के लिए ये आयतें कम बशारत की हैं। अब अगर यही लोग इस पर अमल ना करेंगे तो कौन करेगा ? जो लोग खुदा से और उसके कलाम से मुहब्बत रखते हैं, उसकी तिलावत करते हैं तो क्या इस आयत में उनके लिए कुछ इब्रत का सामान नहीं है ? और क्या ये आयतें ऐसी नहीं हैं जिनसे नेक लोगों का गुस्सा ज़ब्त की लगाम पहन लें ? और क्या इन आयतों का मज़मून गुस्से को ख़त्म करने के लिए काफ़ी नहीं है ?

देखिए आयत : “वलमन सबर व ग़फ़र इन्न जालिक मिन अज़्मिल उमूर”

में सब्र और मग़्फ़िरत की किस दर्जे फ़ज़ीलत बयान फरमाई गई है, और उसपर किस इन्वान से उभारा गया है, क्या इताअत करने वालों के लिए ये इन्वान काफ़ी नहीं है ?

और उनके लिए कुछ भी मुअस्सिर नहीं है ? (गुस्सा और उसका इलाज, स ८)

कुरआने करीम की और भी कई आयतों में गुस्से पर सब्र करने की तल्कीन और सब्र करने वालों की तारीफ़ व तहसीन की गई है।

## गुस्सा हदीस की रौशनी में

अल्लाह के हबीब सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की सीरते तैय्यिबा कुरआने करीम की अमली तफ़्सीर है। अल्लाह सुब्हानहु तआला ने कुरआने करीम में जो अहकामात नाज़िल किए हैं ; रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने उन तमाम का अमली नमूना उम्मत के लिए पेश कर दिया है ; ताके उम्मत को उन

## गुस्सा?

अहकामात पर अमल करना आसान हो जाए।

चुनांचे अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने उम्मत की तरफ से आने वाली नागवारियों पर इस कद्र सब्र व जब्त और हिल्म व बुर्दबारी का मुजाहरा फर्माया कि उससे बेहतर का तसव्वुर नहीं किया जा सकता। इस सिलसिले में चंद वाक्रिआत इन शाअल्लाहू आइंदा सुतूर में पेश किए जाएंगे। उससे पहले चंद हदीसों पेश की जाती हैं।

हज़रत अबू हुरैरा रज़ि. से रिवायत है कि एक शख्स ने रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की खिदमत में हाज़िर होकर अर्ज़ किया कि मुझे कुछ वसियत फरमाएं, आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया गुस्सा ना करो। उसने कई मर्तबा यही बात कही, आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने हर बार यही इर्शाद फरमाया कि गुस्सा ना करो। (सहीह बुखारी )

एक सहाबी ने अर्ज़ किया : ऐ अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम मुझे कोई ऐसा अमल बतलाइए जिस पर अमल कर लूँ तो मुझे जन्नत मिल जाए, आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया : गुस्सा ना करो, तुम्हें जन्नत में दाखला मिल जाएगा। (अत्तब्रानिल औसत, बरिवायत अबी दावूद ) एक शख्स ने नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम से सवाल किया के वो कौनसा अमल है, जो मुझे अल्लाह के ग़ज़ब से महफूज़ रखे; आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फ़रमाया: गुस्सा ना करो (अल्लाह तआला भी तुम को अपने ग़ज़ब से महफूज़ रखेगा। (मुस्नदे अहमद)

अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने बनू क़ैस के एक शख्स से फर्माया : तुम्हारे अंदर दो ऐसी आदतें हैं, जिन्हें अल्लाह तआला और उसके रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम पसंद करते हैं, बुर्दबारी और संजीदगी। (बुर्दबारी यानी गुस्से की हालत में बदला लेने की ताक़त के बावजूद सब्र से काम लेना) ( सहीह मुस्लिम )

इर्शादि नबवी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम है कि अल्लाह तआला के नज़दीक गुस्से का घोंट पी जाने से ज़्यादा अज़्र वाला कोई और घोंट नहीं है। (सुनने इब्ने माज़ा )

इर्शादि नबवी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम है कि जो शख्स बदला लेने की कुदरत के बावजूद गुस्सा पी जाता है तो अल्लाह तआला क़यामत के दिन उस शख्स को तमाम मख़्लूक़ात के सामने बुलाकर फ़रमाएगा कि आज तुम जन्नत की जिस हूर का इन्तेखाब करना चाहो, अपने लिए पसंद कर लो। (तिर्मिज़ी)

रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया : जो शख्स तुमसे कतअ



तअल्लुक करे (रिश्तेदारी खत्म करे ) तुम उससे तअल्लुक जोड़ो, और जो तुम पर जुल्म करे, उसको माफ़ कर दो, और जो तुम्हारे साथ बुराई करे तुम उसके साथ एहसान करो। (मुस्नदे अहमद )

रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया : पहलवान वो नहीं जो दूसरों को कुश्ती में पछाड़ दे ; बल्के बड़ा मजबूत पहलवान वो है जो गुस्से के वक्रत खूद को क़ाबू में रखे। (सहीहुल बुखारी )

हज़रत अनस रज़ि. से रिवायत है कि रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया : जो शख्स (गुस्से को नाफ़िज़ करने की कुदरत के बावजूद ) अपने गुस्से को रोक ले, अल्लाह तआला क़यामत के दिन उससे अपना अज़ाब रोक लेंगे। (बैहक्की ) हज़रत अब्दुल्लाह बिन उमर रज़ि. फरमाते हैं कि मैंने रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम से अर्ज़ केया के मुझको अल्लाह तआला के ग़ज़ब से कौनसी चीज़ बचा सकती है ? तो आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया गुस्सा मत करो। (एहयाउल उलूम )

हज़रत अब्दुल्लाह बिन उमर रज़ि. फरमाते हैं कि रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया : जो शख्स अपने गुस्से को रोक ले, अल्लाह तआला उसकी पर्दापोशी फरमाते है। (एहयाउल उलूम )

रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया : जो शख्स ये चाहे कि उसके महल्लात जन्नत में ऊँचे हों और उसके दरजात बुलंद हो, उसको चाहिए कि जिस ने उस पर जुल्म किया हो उसको माफ़ कर दे और जिस ने उसको कभी कुछ ना दिया हो उसको बख़्शिश और हदया दिया करे और जिसने उससे तर्के तअल्लुक किया हो ये उससे मिलने में परहेज़ ना करे। (एहयाउल उलूम )

रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया : क़यामत के दिन ऐलान होगा कि जिस शख्स का अल्लाह तआला पर कोई हक़ है वो खड़ा हो जाए, उस वक्रत वो लोग खड़े होंगे जिन्होंने ने लोगों के जुल्म को दुनिया में माफ़ किया होगा। (एहयाउल उलूम )

इमामे ग़जाली रह. ने मुकाशिफतुल कुलूब में लिखा है कि एक आदमी रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की खिदमत में हाज़िर हुवा और अर्ज़ किया कि ऐ अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम दीन क्या है ? आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया ... हुस्ने अख़्लाक़। वो आदमी फिर दाएं जानिब से आया और अर्ज़ किया : दीन क्या है ? आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फ़रमाया: हुस्ने अख़्लाक़। वो आदमी फिर पीछे की जानिब से आया और अर्ज़ किया : दीन क्या है ? आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम उसकी तरफ



मुतवज्जेह हुए और इर्शाद फर्माया : दीन ये है कि तू गुस्सा ना करे। (मुकाशिफतुल कुलूब)

इस वाकिए में एक लतीफ़ नुक्ता ये भी है कि आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने उन सहाबी को गुस्सा ना करने का सबक़ सिर्फ़ ज़बानी ही नहीं दिया बल्के अपने अमल से भी उसका जवाब दे दिया। वो इस तरह कि अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के एक बार जवाब दे देने के बाद दोबारा सवाल करने की ज़रूरत नहीं थी, मगर दोबारा बल्के तीसरी बार भी उसी एक सवाल के पूछने के बावजूद भी आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ना नाराज़ हुए और ना गुस्सा किया और अमल से भी ये बतला दिया के देखो जैसे मैं तुम्हारे एक ही सवाल का बार बार जवाब देते हुए नाराज़ नहीं हो रहा हूँ, तुम भी इसी अख़्लाक़ को अपनाओ। और अपने ज़ाती मुआमले में कभी गुस्सा ना करो, इसलिए कि यही अख़्लाक़ है, और ये अख़्लाक़ ही असल दीन है। एक रिवायत में है: “अलमुअमिनु मिरआतुल मुअमिनि” यानी एक ईमानवाला दूसरे ईमान वाले के लिए आइना है। (मुसन्नफ़ इब्ने अबी शैबा)

उलमा ए किराम ने इस की तशरीह में ये भी लिखा है कि आईने की सिफ़त ये है कि वो इन्सान की खूबियों और ख़राबियों से आगाह करता रहता है। उसकी एक बड़ी खूबी ये भी है कि वो इन्सान की ख़राबियों से बार बार आगाह करने के बावजूद इन्सान उन ख़राबियों को दूर ना करे तो आईना कभी नाराज़ नहीं होता। ना झिड़कता है और ना गुस्सा करता है। एक मोमिन को आईने की इस खूबी को अपनाना चाहिए। इनके अलावा और भी अहादीस से बेजा गुस्से की बुराई और गुस्सा बर्दाशत करने की फ़ज़ीलत मालूम होती है। अमल करने वालों के लिए थोड़ा भी बहुत होता है।

### गुस्से के बारे में बुजुर्गों ने क्या कहा

गुस्से की बुराई और उसको रोकने करने के सिलसिले में कुरआने करीम की सराहत और रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की वज़ाहत के बाद ना किसी बात की ज़रूरत बाक़ी रह जाती है और ना वाक़ेआत की ; मगर चूँके बुजुर्गों के किस्से अमल के लिए आसानी पैदा करते हैं, इसलिए नमूने के तौर पर चंद वाक़ेआत और बुजुर्गों की कुछ बातें लिखी जाती हैं।

• हज़रत लुक्माने हकीम का कौल है के हलीम और बुर्दबार (गुस्से पर क़ाबू रखनेवाले) शख्स को गुस्से के वक़्त, बहादुर को जंग में और दोस्त को ज़रूरत के वक़्त पहचाना जाता है।

• हज़रत लुक्मान हकीम ने अपने बेटे को नसीहत की के ऐ बेटे ! गुस्से में जो बात भी इन्सान कहता है गुस्से के ख़त्म हो जाने के बाद उसपर ज़रूर अफ़सोस करता है।

## गुस्सा?

○ हज़रत उमर रज़ि. का क़ौल है के जो शख्स अल्लाह से डरता है वो गुस्सा नहीं करता।

○ हज़रत अली रज़ि. का क़ौल है के गुस्सा एक जुनून है, क्योंकि गुस्सा करने वाला ख़ूद नादिम होता है, ये नदामत (अफ़सोस) ज़ाहिर कर देती है कि उसका गुस्सा करना अक़ल के खिलाफ़ काम था और अगर वो अपने गुस्से पर नादिम भी ना हो तो समझ लेना चाहिए के उसका जुनून मुस्तहक़म (पक्का) हो चुका है।

○ हज़रत हसन बसरी रह. का क़ौल है कि इन्सान जो घोंट भी पीता है, उसमे दो घोंट अल्लाह तआला को सब से ज़्यादा पसंद है, एक मुसीबत पर सब्र का घोंट और एक गुस्से का घोंट। उन्हीं का क़ौल है कि मुसलमान की अलामत ये है कि वो दीन में पुख़्ता हो, इल्म के साथ हिल्म (बर्दाश्त) में भी पुख़्ता हो यानी लोगों की नादानियों पर गुस्सा करनेवाला ना हो बल्के ख़ुब सब्र करनेवाला हो।

○ हज़रत मुजाहिद रह. का क़ौल है कि इब्नीस कहता है के तीन आदमी पर मैं ग़ालिब रहता हूँ, वो मुझे पछाड़ नहीं सकते। नशा करनेवाला, गुस्सा करनेवाला और बख़ील।

○ हज़रत मुहम्मद इब्ने कअब रह. का क़ौल है कि जिस शख्स के अंदर तीन बातें हों उसका ईमान मुकम्मल है : किसी ग़लत काम पर ख़ूश ना हो, गुस्से में हृद से आगे ना बढे, कुदरत के बावजूद वो चीज़ ना ले जो उसकी ना हो।

○ किसी बुज़ुर्ग ने अपने बेटे से कहा, ऐ बेटे ! सब से ज़्यादा गुस्सा उसको आता है जिस की अक़ल सब से कम होती है। दुनिया के लिए गुस्सा मक़्र व फरेब है और आखिरत के लिए गुस्सा दानाई और बुर्दबारी है।

○ शेख़ शरफ़ुद्दीन यहया मुनेरी रह. अपने मुरीद को लिखते हैं कि भाई शम्सुद्दीन ! अख़्लाक़ को पाकीज़ा और बुरी आदतों को नेक बनाने के लिए तुम से जहाँ तक हो सके कोशिश करते रहो, और उसको बहुत बड़ा काम समझो। इसमें ग़फ़लत के सबब, सख़्त बलाओं का सामना करना पड़ता है, उससे खुदा की पनाह। देखो दुनिया में जितने दरिन्दे, वहशी जानवर और हैवानात हैं ; उनकी हर सिफ़त इन्सान के अंदर मौजूद है, दुनिया में जो सिफ़त उस में ग़ालिब होगी क़यामत में उसी सिफ़त की बिना पर उसके साथ मुआमला होगा यानी उसकी शक़्ल व सूरत उसी तरह की बना दी जाएगी। अगर किसी शख्स में गुस्सा और ग़ज़ब की सिफ़त ग़ालिब है तो क़यामत के दिन उसका हशर कुत्तों की शक़्ल में होगा, किसी में शहवते बद् ग़ालिब है तो उसका हशर सुव्वरों की शक़्ल में होगा। वग़ैरा वग़ैरा। (मक्तूबाते सदी, स ४५४ )

○ एक बुज़ुर्ग का क़ौल है कि बातों में गुस्से की मिक्दारे बस इतनी होनी चाहिए जितना खाने में नमक होता है। अगर मुनासिब मिक्दारे में है तो ख़ूशज़ाएक़ा है, वरना







## गुस्सा?

हम उससे मायूस नहीं होते, और जो चाहे बना ले हम एक ही कलिमे से उसे बिगाड़ देंगे, और जब कोई शख्स मदहोश होता है यानी नशे में होता है तो हम उसे हर बुराई की तरफ पकड़ कर यूँ ले जाते हैं जैसे कोई बकरी का कान पकड़ कर जहाँ चाहे ले जाएं। (मिसाली नौजवान स २६५)

अब सवाल पैदा होता है कि कुरआने करीम की मज़कूरा आयात, रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की अह्दादीसे मुबारका और अकाबिर के अक़वाल में जिस गुस्से को ज़ब्त करने की फ़ज़ीलत और बे जा गुस्से की क़बाहतें बयान की गई हैं ; इस गुस्से की हक़ीक़त क्या है ?

ना रह गाफिल कभी गुस्से के शर से, अगर अंजाम का तुझको ध्यान है  
हसद, ग़ीबत, अदावत, बुज़ व नफरत, ये सब बच्चे हैं, गुस्सा उनकी माँ है

### दूसरा हिस्सा : गुस्सा और उसकी हक़ीक़त

#### गुस्से की हक़ीक़त

गुस्सा इन्सान की एक फितरी सिफ़त है, जो हर इन्सान में मौजूद है। उसको अगर सहीह जगह इस्तेमाल किया जाए तो इसके बे शुमार फाइदे हैं। उसके सही इस्तेमाल से इन्सान अपनी इज़्ज़त व आबरू और माल व दौलत की हिफाज़त और अपनी जान व माल का दिफ़ाअ करता है और ग़लत इस्तेमाल से दुनिया आखिरत के बेशुमार नुक़सानात भी वुजूद में आते हैं। यहाँ तक कि बे जा गुस्सा करने की वजह से ईमान भी फ़ासिद हो जाता है. हदीस में है :

“इन्नल ग़ज़ब लयुप्सिदुल ईमान कमा युप्सिदु स्सबिरुल असल”

“ गुस्सा ईमान को ऐसे ख़राब कर देता है जैसे एलवा शहद को”

गुस्से की सिफ़त इन्सान के लिए इस क़द्र ज़रूरी है के दुनिया का कोई इन्सान इस सिफ़त से महरूम नहीं रखा गया। इन्सान को अगर गुस्सा ही ना आए तो उसपर दुश्मन हमला कर देंगे। चोर और डाकू बे खौफ व ख़तर उसपर टूट पड़ेंगे। और वो उनसे बचाव भी ना कर सकेगा, जिस की वजह से उस पर बे शुमार बलायें

और आफतें आ पड़ेंगी।

चुनांचे गुस्सा एक ऐसी सिफ़त है जिस से माल व दौलत और इज़्ज़त व आबरू की हिफाज़त का कुदरती इन्तेज़ाम होता है और ये माद्दा ही इन्सान को बे शुमार बलाओं और मुसीबतों से बचाता है। शर्त ये है कि उसका इस्तेमाल बे महल और हद से ज़्यादा ना हो।

### गुस्सा क्यों आता है ?

रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया कि गुस्सा शैतानी असर का नतीजा होता है (अबू दावूद )

जब कोई काम इन्सान की तबीअत और मिजाज के खिलाफ होता है तो उसकी तबीअत को नागवारी होती है। और ये नागवारी दो तरह कि कामों पर होती है :

१ मिजाज के खिलाफ बातों पर

२ शरीअत के खिलाफ कामों पर ऊपर की हदीस में जो फर्माया गया कि गुस्सा शैतान की तरफ से होता है, वो ऐसे गुस्से के बारे में है जो इंसानी मिजाज के खिलाफ बातों पर आता है । यानी जहाँ माल व दौलत और इज्जत व आबरू की हिफाजत और दुश्मन से अपने बचाव का मुआमला नहीं होता। और ऐसे ही गुस्से के वक्त, शैतान इन्सान के जज्बात को भड़काता है, चूँके इन्सान के खमीर के अंदर भी आग मौजूद है और शैतान तो पैदा ही आग से हुवा है, इसलिए जब शैतान इन्सान के इस जज्बे को छेड़ता है तो गुस्से की आग भड़क जाती है और इन्सान गुस्से में आपे से बाहर हो जाता है। कभी कभी इन्सान के अंदर कुछ बुरी सिकात होती हैं जो गुस्से का सबब बनती है, उलमा ने उनको गुस्से के अस्बाब में शुमार किया है, उनमे से नीचे लिखे अस्बाब काबिले जिक्र हैं :

#### अपनी बड़ाई और फ़ख़र कि वजह से गुस्सा आता है

हज़रत ईसा अलै. ने गुस्से के अस्बाब बयान करते हुए फर्माया कि गुस्से का सबब इज्जत वाला बनना, तकब्बुर और बड़ापन है। जब आदमी दूसरों को हक़ीर और कमतर समझता है तो उसकी तन्कीद और जवाब पर गुस्सा आता है। चुनांचे आप देखेंगे कि जब कोई बेटा अपने बाप पर, खादिम अपने आका पर, शागिर्द अपने उस्ताज़ पर और अमी किसी आलिम पर एतराज़ करता है तो ये लोग फौरन गुस्से में आ जाते हैं, जिस के पीछे सिर्फ़ खुदबीनी (अपने को अच्छा समझना) और बड़े पन का जज्बा काम करता है, इसीलिए शरीअत में खुदबीनी को हराम करार दिया गया है ।

#### तक्रार, बहस गुस्से की आम वजह

उमूमन मज्लिस में गुफ्तगू की इन्तेदा बिल्कुल संजीदा माहोल में होती है, लेकिन जब बहस व तक्रार शुरू होती है तो देखते ही देखते आवाज़ बुलंद होना शुरू हो

जाती है, हर फ़रीक़ अपनी राय पर अड़ जाता है और संजीदगी की जगह गुस्से का माहोल पैदा हो जाता है, इसीलिए नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने ऐसी बहस से मना फ़र्माया है। इशादि नबवी है : मैं जन्नत के अतराफ़ में उस शाख़्स के लिए एक घर की ज़मानत देता हूँ जो हक़ पर होने के बावजूद बहस व मुबाहसा छोड़ देता है। (अबू दावूद)

### ज़्यादा हंसी मज़ाक़ की वजह से गुस्सा

बहुत से लोग मज़ाक़ और खुसूसन ज़्यादा मज़ाक़ को बर्दाशत नहीं करते, इसलिए उनसे मज़ाक़ करना या बार बार मज़ाक़ करना गुस्से का सबब बनता है। हदीसे पाक में इसी मज़ाक़ से रोका गया है के अपने भाई से ना लड़ाई करो, ना मज़ाक़ करो और ना ही वादा करके वादा ख़िलाफ़ी करो। (सुनने अबू दावूद)  
हज़रत उमर इब्ने अब्दुल अज़ीज़ रह. का फ़रमान है कि ज़्यादा मज़ाक़ से परहेज़ करो क्योंकि वो बुरे काम की तरफ़ ले जाता है और कीना और गुस्से का सबब बनता है। (मुसन्नफ़ इब्ने अबी शैबा)  
इसी में मज़ाक़ उड़ाना भी आता है ; बल्के बहुत से लोगों के गुस्से में आने और बहुत से साथियों के दर्मियान इख़्तेलाफ़ का सबब उनका मज़ाक़ उड़ाना ही होता है।

### बद ज़ुबानी और गाली गलोच भी गुस्से का सबब

बात बात पर गाली देना, हर एक के साथ बद ज़ुबानी से पेश आना गुस्से का बहुत बड़ा सबब है। बल्के कोई शाख़्स किसी को मज़ाक़ में भी बेवकूफ़ कहता है तो सुनने वाले को गुस्सा आता है। सच फ़र्माया नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने कि फ़हश गोई, फ़हश कलामी (बे शर्मी कि बात) का इस्लाम से कोई तअल्लुक़ नहीं। और सब से अच्छा मोमिन वो है जिस के अख़लाक़ सब से उम्दा हों।

### गुस्सा आने के बाद क्या होता है ?

जब गुस्सा आता है तो दिल का खून जोश मारने लगता है, जिससे खून में गर्मी पैदा हो जाती है, और वो गर्म खून तमाम रंगों में ऊपर की तरफ़ फैल जाता है, जिस तरह आग की लपटें ऊपर की तरफ़ उठती हैं, जिसकि वजह से उसका चेहरा और आँखें सुर्ख़ हो जाती हैं, चेहरे की खाल चूँके साफ़ और नर्म होती है इसलिए खून की ये सुर्खी ज़ाहिर होती है। ये हालत उस वक़्त होती है जब गुस्सा अपने से कम दर्जे के आदमी



## गुस्सा?

पर आए, और ये जानता हो कि मेरा इस पर बस चल सकता है। और अगर मुआमला ये हो कि जिस पर गुस्सा आया है उससे बदला नहीं ले सकता है; तो इस सूरत में वो गर्म खून फैलने के बजाए दिल की गहराई में उतर जाता है, और वो बेचैनी की सूरत में ज़ाहिर होता है। यही वजह है कि ऐसी हालत में इन्सान का चेहरा पीला पड़ जाता है। अगर गुस्सा किसी बराबर के शख्स पर आए तो ये दोनों हालतें ज़ाहिर होती हैं। कभी खून चेहरे की तरफ उठता है और कभी नीचे उतरता है, और इस इज़्तेराब और बेचैनी की वजह से कभी चेहरा सुख होता है और कभी ज़र्द। ये अलामत होती है के गुस्सा खून में सरायत कर चूका है। (तल्खीस अज़ एहयाउल इलूम) फिर जब गुस्से की आग भड़क जाती है तो उस वक़्त की दो हालतें होती हैं : एक गुस्सा करने वाले की हालत ..... और दूसरे जिस पर गुस्सा आया है उस की हालत ; गुस्सा करने वाले की हालत से मुराद ये है के उसके अंदर सब्र की कुव्वत मज़बूत है या कमज़ोर ?

और जिस पर गुस्सा आया है, उसकी हालत से मुराद ये है कि वो हैसियत और मर्तबे में बड़ा है, छोटा है या बराबर के दर्जे का ?

जिस को गुस्सा आया है अगर उसके अंदर सब्र की कुव्वत मज़बूत होती है तो चाहे गुस्सा कमज़ोर पर आए या बड़े पर वो गुस्से को ज़ब्त कर लेता है। गुस्से को ज़ब्त करने और उसपर क़ाबू पाने में उसको तक्लीफ़ तो ज़रूर होती है, मगर ये थोड़ी सी तक्लीफ़ कई सारी मुसीबतों से ढाल बन जाती है और वो सारी तक्लीफ़ों और आफ़तों से महफूज़ हो जाता है। फिर जब गुस्से का असर ख़त्म हो जाता है तो उसको नदामत और शर्मिन्दगी भी नहीं होती बल्के वो एक तरह से ख़ुश होता है।

अगर शरीअत में गुस्से पर सब्र की ताकीद भी ना होती, तब भी इन्सानी अक़ल का तक्राज़ा ये है कि बहुत सारी तक्लीफ़ों से बचने के लिए एक तक्लीफ़ को गवारा कर ले और अपने गुस्से का कड़वा घोंट पी जाए। चे जाएके शरीअत में इसपर इन्आम का वादा भी किया गया है।

फिर अगर इन्सान के अंदर सब्र की कुव्वत कमज़ोर होती है तो वो अपने गुस्से पर क़ाबू नहीं पाता, जिसका अंजाम ये होता है कि जिस पर गुस्सा आया है, अगर वो कमज़ोर है तो उसपर गुस्से का रदे अमल फ़ौरन ज़ाहिर हो जाता है, बदन और बदन के दुसरे आजा बे क़ाबू हो जाते हैं, जिस का नतीजा ज़ुल्म व ज़्यादती, तलाक़ गाली ग़लोच और मार पीट की शक़ल में ज़ाहिर होता है और अख़ीर में गुस्सा करने वालों को नदामत और शर्मिन्दगी के सिवा कुछ हाथ नहीं आता।

मगर जिस पर गुस्सा आया है अगर वो रुतबे में बड़ा या ताक़तवर है तो गुस्से की आग अंदर अंदर सुलगती रहती है, और उसका नतीजा हसद, बुज़्र, कीना और ग़ीबत की

शक्ल में जाहिर होता है और ये सबके सब नाजाइज और हराम हैं।

गुरु से का असर (Reaction) कहाँ हो और कहाँ नहीं

जैसा के ऊपर बयान किया जा चुका है के इन्सान को दो तरह की बातों पर गुस्सा आता है:

### १ मिज़ाज के खिलाफ़ बातों पर

२ दीन के खिलाफ बातों पर

जब मिजाज के खिलाफ बातों पर गुस्सा आए तो उसको कन्ट्रोल करना जरूरी है और उसके तक्राजे पर अमल करना मना है। अगर ऐसी हालत में इन्सान गुस्से को क्राबू में ना करे तो गुस्सा उसको अपने क्राबू में ले लेता है, फिर उससे ऐसी हरकतें होती हैं कि आमाल तो खराब होते ही हैं; ईमान भी फासिद हो जाता है। ऐसे ही गुस्से के बारे में नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया कि गुस्सा ईमान को ऐसे ही खराब कर देता है जैसे एलवा शहद को खराब कर देता है। गुस्सा आ जाने के बाद अगरचे उसको ज़ब्त करना बहुत मुश्किल होता है मगर इस मुश्किल काम पर क्राबू पाना मुजाह्दा है और मुजाह्दा ही सबबे हिदायत है। यानि नफस के खिलाफ करने हिदायत का दरवाज़ा खुलता है।

अलबत्ता दीन के खिलाफ बातों पर गुस्सा आए तो बुरा नहीं ;बल्के ये ईमान की अलामत है, जो शरीअत में पसंदीदा है। और बाज़ जगहों पर उस को ज़रूरी भी करार दिया गया है। अलबत्ता इस सिलसिले में खयाल रखना ज़रूरी है कि इन्सान गुस्से में शरई हुदूद से आगे ना बढ़ जाए, इसलिए दीन के खिलाफ़ बातों पर भी अपने गुस्से का इज़हार कब, कितना और कैसे किया जाए ? इस सिलसिले में उलमा ए किराम से और इस मौजूअ की किताबों से रहनुमाई हासिल करना ज़रूरी है, वरना नफ़्स और शैतान के पास ऐसे हरबे मौजूद हैं, जिस से वो इन्सानों को दीन की शक़ल में बे दीनी में मुब्तला कर देता है और ऐसे मवाक़ेअ पर शौहर, उस्ताज़, आक्रा और बाप वगैरह को शरीअत की हद से बाहर कर देता है। मसलन बीवी की ग़लतियों की इस्लाह करना शौहर की ज़िम्मेदारी हैं। शागिर्द की दीनी तर्बियत उस्ताज़ का फ़र्ज़ है। मुलाज़िम को उसके फ़राएज़ की अदाईगी पर मामूर रखना आक्रा का हक़ है और औलाद की दीनी तर्बियत करना हर बाप की ज़िम्मेदारी है।

नीज तर्बियत में शफ़क़त व मेहरबानी के साथ साथ गुस्सा व सख्ती का होना भी जरूरी है, लेकिन इस सिलसिले में इस बात का ख़ास खयाल रखना चाहिए कि इन्सान गुस्से में शर्ई हद से तजावज़ ना करे। इस्लाह व तर्बियत के लिए जिस तरह

### गुस्सा?

और जिस क्रुद्ध गुस्से की शरीरगत ने इजाजत दी है उसका खयाल रखना निहायत जरूरी है।

और जब मिजाज के खिलाफ़ बातों पर गुस्सा आए तो उसको ज़ब्त और कन्ट्रोल करना और फौरी तौर पर उसपर क़ाबू पाना निहायत जरूरी होता है। चूँके गुस्से का बे महल रद्दे अमल बे शुमार तकलीफ़ों और परेशानियों का सबब और दुनिया व आखिरत को तबाह करने वाला है, इसलिए अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने अपनी पाकीजा सीरत और कीमती बातों के ज़रिए उसकी तबाही और हलाकत को खुलासा फरमा दिया है, क्यों के बे महल गुस्से का रद्दे अमल ऐसा बुरा अमल है कि इस से बे शुमार बुराइयों के चश्मे जारी होते हैं और अनगिनत तबाहियों के सोते फूटते हैं, जिस से दीन व दुनिया दोनों तबाह होते हैं।

हक़ीक़ी पहलवान वो नहीं जो कुश्ती में पछाड़ दे  
पहलवान दरअसल वो है जो गुस्से के वक़्त खूद पर क़ाबू रखे। (हदीस )



तीसरा हिस्सा : गुस्से के नुक्सानात

**गुस्से के दीनी नुक्सानात**

गुस्से पर क्राबू ना पाकर इन्सान दुनिया का भी नुक्सान उठाता है और दीन का भी। दीनी नुक्सान ये है के गुस्से से बे शुमार बुराइयाँ और दूसरे बड़े बड़े गुनाह जनम लेते हैं,

मसलन:

गुस्से से दुश्मनी पैदा होती है।

गुस्से से तकब्बुर बढ़ता है।

गुस्से से बुज़्र पैदा होता है।

गुस्से की वजह से इन्सान नफरत करता है।

गुस्से की वजह से बद गुमानी पैदा होती है।

गुस्से की वजह से झगड़ा होता है।

और जब गुस्से में बोलना शुरू करता है तो बाज़ औक्रात गालियाँ बकता है कभी कुफ़्र की बातें भी कह जाता है और आम तौर पर तलाक़ भी गुस्से की वजह से दी जाती है। ये तमाम गुनाहों के वुजूद में आने की सूरत ये होती है कि: जिस पर गुस्सा आया है वो मातहत या कमज़ोर होगा या बड़ा और ताक़तवर होगा। जिस शख्स पर गुस्सा आया है वो क्राबू में है यानी छोटा और मातहत है तो इन्सान गुस्से में आकर उसको तकलीफ़ पहुंचाएगा या मारेगा या डाटेगा या उसको गाली देगा, उसको बुरा भला कहेगा, उसका दिल दुखायेगा और ये सब काम गुनाह है, जो गुस्से के नतीजे में होंगे।

इसलिए के दूसरों को नाहक़ मारना बहुत बड़ा गुनाह है। इसी तरह अगर गुस्से के नतीजे में किसी को गाली दे दी तो उससे मुतअल्लिक नबी सल्लल्लल्लाहू अलैहि व सल्लम ने फर्माया कि मुसलमान को गाली देना फिस्क़ है और उसका क़त्ल करना कुफ़्र है। इसी तरह गुस्से के नतीजे में अगर दुसरे को लान तान किया या एहसान जताया जिस से उसका दिल टूट गया तो ये भी बड़ा गुनाह है। ये सब गुनाह उस वक़्त होते हैं जब ऐसे शख्स पर गुस्सा आया हो जो कमज़ोर या मातहत हो।

ये सारे गुनाह जो गुस्से की वजह से किए जाते हैं इस क़द्र शदीद है कि उनमे से एक गुनाह भी इन्सान को जहन्नम में ले जाने के लिए काफी है। गुस्से से पैदा होने वाले इन गुनाहों के सिलसिले में अहादीस में क्या वईदें आई हैं उन पर हम मुख़्तसर रौशनी डालते हैं।

**गुस्से से तकब्बुर (घमंड) पैदा होता है**

गुस्से से तकब्बुर पैदा होता है और तकब्बुर से गुस्सा। इन दोनों में वही निस्बत है जो

अंडे और मुर्गी में होती है कि मालूम नहीं हो पाता कि कौन किस से निकला ? कौन बाप है और कौन बेटा ? अलबत्ता इतनी बात जरूर है कि गुस्सा उसी वक़्त आता है जब इन्सान के अंदर क़िब्र और बुराई के इज़हार की सिफ़त ग़ालिब आ जाती है। और जब गुस्सा आ जाता है तो तकब्बुर बढ़ता चला जाता है जैसे मुर्गी अंडे ही से निकलती है लेकिन जब मुर्गी बनकर तैयार हो जाती है तो बे शुमार अंडों को जनम देती है। हदीसे पाक में तकब्बुर की मज़म्मत बयान की गई है और तकब्बुर के आदी शख्स को जहन्नमी कहा गया है। चुनांचे हज़रत हारिसा बिन वहब रज़ि. से रिवायत है कि नबी ए करीम सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया क्या मैं तुम को अहले जहन्नम से खबरदार ना करूं ? हर वो शख्स जिस का दिल सख़्त हो, हराम माल से मोटा हो गया हो, तकब्बुर का आदी हो। (बुख़ारी)  
याद रखो ! जिस के दिल में राई के दाने के बराबर भी गुरूर व तकब्बुर होगा तो उसको अल्लाह तआला औंधे मुँह जहन्नम में डालेगा। (सहीह मुस्लिम )

### गुस्से में गीबत की जाती है

अगर गुस्सा ऐसे शख्स पर आया है जो मातहत नहीं है तो गुस्से के नतीजे में उसकी गीबत की जाएगी, क्योंकि जिस पर गुस्सा आया है वो बड़ा है या साहिबे इक्तेदार है, उसके सामने उसको कुछ कहने की ज़रअत नहीं होती तो उसके सामने तो ख़ामोश रहेगा, लेकिन जब वो नज़रों से ओझल होगा तो उसकी बुराइयाँ बयान करना शुरू करेगा और उसकी गीबत करेगा।

चुनांचे ये गीबत उसी गुस्से के नतीजे में होती है और इसको हदीसे पाक में ज़िना से भी ज़्यादा शदीद गुनाह कहा गया है। इससे मालूम होता है कि बे महल गुस्से का रदे अमल ज़िना से भी ज़्यादा शदीद और बुरे अंजाम तक पहुंचा देता है। चुनांचे रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया:

“अलग़ीबतु अशहू मिन ज़िना”

गीबत ज़िना से भी ज़्यादा संगीन है बाज़ सहाबा ए किराम ने अर्ज किया कि ऐ अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम गीबत ज़िना से ज़्यादा संगीन क्योंकर है ? आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया कि बात दर असल ये है कि ज़िना करने वाला जब अपने गुनाह से तौबा कर लेता है तो उसके गुनाह की माफ़ी हो जाती है और गीबत करने वाले को जब तक वो शख्स माफ़ ना कर दे जिस की गीबत की गई है तो उसकी माफ़ी और बख़्शिश अल्लाह तआला की तरफ से भी

नहीं होती। (शुअबुल ईमान लिलबैहकी )  
जब बड़ों पर गुस्सा आता है तो चूँके बस नहीं चलता, इसलिए सिर्फ गीबत ही करते हैं।  
। मगर जब छोटों पर गुस्सा आता है तो उनपर ज़ुल्म भी करते हैं और गीबत भी।

### बुज़्र गुस्से से पैदा होता है

बाज़ औकात गीबत कर लेने के बावजूद भी गुस्सा ठंडा नहीं होता और गुस्से के नतीजे में दिल ये चाहता है कि उसको किसी ना किसी तरह तकलीफ पहुँचाए, मगर जिस पर गुस्सा आया है वो साहिबे इक्तेदार और बड़ा होता है, इसलिए उसपर क़ाबू नहीं चलता, उसके नतीजे में दिल के अंदर एक घुटन पैदा होती है, उसी घुटन का नाम बुज़्र है। इस बुज़्र की वजह से दिल में हर वक़्त ये तक्राज़ा होता है के अगर मौक़ा मिल जाए तो किसी तरह उसको तकलीफ पहुँचाऊँ और अगर तकलीफ पहुँच जाए तो ख़ूशी होती है। ये बुज़्र कबीरा गुनाह है, जो गुस्से के नतीजे में पैदा होता है। गुस्सा तो ख़ूद ही बुरा था, उसकी वजह से एक बुराई ये भी पैदा हो गई के उससे दिल में बुज़्र और कीना पैदा हो गया और इस तरह ये “नीम चढ़ा करेला” बन गया।

बुज़्र और कीना के बारे में अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया के : पीर और जुमेरात को लोगों के आमाल पेश होते हैं तो हर मोमिन बन्दे की माफ़ी का फ़ैसला कर दिया जाता है, सिवाये उन दो आदमियों के जो आपस में कीना रखते हों, पस उनके बारे में हुक्म दिया जाता है कि उन दोनों को छोड़ दो यानी उनकी माफ़ी ना लिखो जब तक के ये दोनों आपसी दुश्मनी से बाज़ ना आ जाएं, और दिलों को साफ़ ना कर लें। (मुस्नदे अहमद )

हज़रत इब्ने अब्बास रज़ि. रावी है कि नबी अलै. ने एक मर्तबा इर्शाद फर्माया कि मैं तुम्हे वो शख्स ना बतावुं जो सब से ज़्यादा बुरा हो ? अर्ज़ किया गया, ऐ अल्लाह के नबी ज़रूर बताएं, इर्शाद फर्माया कि जो अकेला खाए और अपने गुलामों को मारे। फिर उसके बाद फर्माया मैं तुम्हें एक शख्स बतलाऊं जो उससे भी ज़्यादा बुरा हो ? अर्ज़ किया गया ऐ अल्लाह के नबी ! वो भी बता दीजिए। इर्शाद फर्माया : जो आदमी लोगों से बुज़्र रखे और लोग उससे बुज़्र रखे, ऐसा आदमी उससे भी ज़्यादा बुरा है।

(सुकूने क़ल्ब, २६३ )

देखिए बुज़्र रखनेवाले को हदीस में कितना बुरा कहा गया, और अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने उसकी कैसी बुराई बयान फर्माई है। ये बुज़्र भी गुस्से का ही नतीजा है।



## हृसद गुरसे से पैदा होता है

फिर अगर जिस शख्स पर गुस्सा आया है उसको तकलीफ पहुँचने के बजाए, राहत और ख़ूशी हासिल हो गई या कहीं से माल व दौलत हाथ आ गई या कोई बड़ा मंसब मिल गया तो अब दिल में ये ख़्वाहिश हो रही है कि ये मंसब उससे छिन जाए, ये माल व दौलत ये रुपया पैसा किसी तरह उससे ज़ाया हो जाए, चुनांचे इस का नाम हसद है, जो एक ईमान वाले को जहन्नम में ले जानेके लिए काफ़ी है और ये हसद इसी गुस्से के नतीजे में पैदा होता है हज़रत अबू हुरैरा रज़ि. रेवायत करते हैं कि आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इशार्द फर्माया कि “तुम हसद के मर्ज़ से बहुत बचो, हसद आदमी की नेकियों को इस तरह खा जाता है जिस तरह आग लकड़ी को खा जाती है”। (सनने अबी दावद )

बहर हाल ! जिस शख्स पर गुस्सा आ रहा है, अगर उस पर क्राबू चल जाए तो भी बे  
शुमार गुनाह सादिर होते हैं और उसपर क्राबू ना चले तो भी बे शुमार गुनाह इस गुस्से  
के जरिये सादिर होते हैं। और ये गुनाह सिर्फ और सिर्फ इसी लिए हुए कि अल्लाह के  
हबीब सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के एक हुक्म “ला तजबब”(गुस्सा ना करो ) पर  
अमल नहीं किया गया।

“लम्हे ने खता की थी सदियों ने सज़ा पाई”

## गुरुसे के दुन्यवी और जिस्मानी नुक्सानात

तहक्रीक के मुताबिक गुस्से का आ जाना इन्सान के बस मे नहीं है, लेकिन गुस्से को काबू में रखना उसके बस में है। डॉक्टरों की तहक्रीक के मुताबिक रोजाना मिज्जिन्दगी में, मिज्जिज के खिलाफ बातों पर गुस्सा करते रहना, जैसे घर में कोई काम मिज्जिज के खिलाफ हो गया तो गुस्सा ..... ट्रैफिक जाम होने के वक़्त गुस्सा ..... ऑफिस के काम में टेंशन और दोस्तों के साथ बहस व तक्रार, इंसानी जिन्दगी के पांच से दस साल कम कर देती है। जबके गुस्से की वजह से इन्सान कई अमराज में मुब्तला हो सकता है, जिनमें शूगर और दिल की बीमारियाँ शामिल हैं। स्टॉक होम के साएंसदोनों ने लम्बी लम्बी तहक्रीकात के बाद इस बात का खुलासा किया है कि जितना ज्यादा गुस्सा किया जाएगा, हार्ट अटैक का खतरा उतना ही ज्यादा बढ़ेगा।

0१- जर्मनी के एक मैग्जीन ने उन साएंसदानों की एक तफ्सीली रिपोर्ट छापी है, रिपोर्ट में बतलाया गया है कि इन्सान को जब गुस्सा आता है तो उसका

असर उसके पूरे जिस्म पर पड़ता है। खास तौर पर जिस्म में तनाव होता है, पूरा जिस्म खींचाव और तनाव में मुब्तला हो जाता है, मुठियां भींच जाती हैं और दांत कटकटाने लगते हैं। इन सब बातों का असर दिल पर पड़ता है, जिसकी वजह से हार्ट अटैक होने के खतरे में पन्दरह फ्रीसद का इजाफा हो जाता है।

(इस्लाम और सेहत )

- 0२- माहिरीने नफिसय्यात का कहना है कि नफिसय्याती ऐतेबार से गुस्सा पीलिया पैदा करता है।
- 0३- उससे पेट में अल्सर या गैस की बीमारी हो जाती है।
- 0४- खून में कोलेस्ट्रॉल की सतह बढ़ जाती है।
- 0५- जेहनी तनाव, हाइपर टेंशन हो जाता है।
- 0६- खून की नालियों में रुकावट आ जाती है।
- 0७- गुस्से से आँतों पर भी खराब असर पहुँचता है।
- 0८- इन्सान के जिस्म में बीमारियों से लड़नेवाले जरासीम कम हो जाते हैं।
- 0९- गुस्से की वजह से दर्द बढ़ जाता है और बीमारी ज्यादा हो जाती है।
- १0- गम और गुस्से की वजह से बसा औक्रात दिमाग की रग फट जाती है और इन्सान मर जाता है।
- ११- साईनस और सर का दर्द और बढ़ जाता है।
- १२- गुस्सा, बदन के पठों की कुव्वत को नुक्सान पहुँचाता है।
- १३- गुस्से की वजह से कभी इन्सान की याददाश्त खत्म हो जाती है और बेहोश हो जाता है।
- १४- गुस्से से फालेज का खतरा भी रहता है।
- १५- गुस्सा गौर व फ़िक्र की कुव्वत को खत्म कर देता है।  
गुस्से की हालत में हाज़्मे का अमल रुक जाता है। गुस्सा बदन में जहर पैदा करता है। साथ ही दूसरे जिस्मानी काम में कमजोरी पैदा है। डॉक्टर केनन ने तजरबे के तौर पर अपनी बिल्ली को खाने की कोई चीज़ दी और उसके हाज़्मे के अमल का एक्सरे मशीन पर देखा। उस काम की आदत वाली बिल्ली आराम से बैठी म्यावं म्यावं करती रही। उसका मेदा बग़ैर किसी रुकावट के कुदरती तरीके से ख़ूराक हज़्म करने लगा। इसी दौरान डॉक्टर केनन ने बिल्ली की दुम को दबाया, वो गुस्से में आ गई, उसने आवाज़ निकालना बंद कर दिया और साथ ही उसके मेदे ने काम करना बंद कर दिया। फिर गुस्सा दूर होते ही हाज़्मे का अमल दोबारा शुरू हो गया।  
इस नौअ के तजरबात से ये हक़ीक़त आशकारा होती है कि ज़ेहन

तशवीश, रन्ज, गुस्से, नफरत और हसद में हो तो मेदे के अलावा बदन के तमाम आज्ञा में भी अबतरी पैदा हो जाती है। जबके उम्मीद, ईमान, मख्लूके खुदा से मुहब्बत और उनकी खिदमत व दिलजोई और हर बात के रोशन पहलू पर निगाह रखने से ज़ेहन पुरसुकून और जिस्म सेहतमन्द रहता है। (मुस्तफाद अज़ मिसाली नौजवान २६९, तालीमाते नबवी और जदीद इल्मे नफ़्सिय्यात स. ५.. )

• डॉक्टर कामरान मिर्ज़ा का कहना है कि ग़म व गुस्से में चेहरे की बनावट को बार बार बदलने से इन्सान की सूरत बदल जाती है। वो बदसूरत हो जाता है, बदन में तब्दीली आ जाती है। (मुस्तफाद अज़ मिसाली नौजवान स. २७७ )

मज़कूरा बाला तफ़्सीलात से बआसानी अंदाज़ा लगाया जा सकता है कि अख़लाकी बीमारियों में “गुस्सा” वो मुहलिक मर्ज़ है जिस से दीन व दुनिया की बेशुमार हलाकतें और तबाहियां वुजूद में आती हैं। अगर उनका जायेज़ा करें तो अंदाज़ा होगा कि हमारे घर और मुआशरे की अक्सर बुराइयाँ “गुस्से” की वजह से हैं। हर घर के झगड़े की वजह मालूम कीजिए, हर तबाही का सबब सोचिए तो सब का जवाब यही मिलेगा ; गुस्सा, गुस्सा, गुस्सा ..... और सिर्फ़ गुस्सा।

- घर क्यों बर्बाद हुवा बात बात पर शौहर के गुस्से की वजह से
- तलाक़ की नौबत क्यों आई शौहर के गुस्से और बीवी के जवाब की वजह से
- क़त्ल क्यों हुवा, क़ातिल के गुस्से में आपे से बाहर हो जाने की वजह से
- क़ातिल जेल में क्यों पड़ा हुवा है, गुस्से में आकर क़त्ल करने की वजह से
- क़ातिल की मासूम औलाद क्यों बर्बाद हो गई, बाप के गुस्सा ज़ब्त ना करने की वजह से दो दोस्तों में दुश्मनी क्यों हो गई, ग़लत फहमी के सबब गुस्सा करने की वजह से
- खून में अल्सर क्यों हुवा, बात बात पर गुस्सा करने की वजह से
- ज़ेहनी तनाव से नजात क्यों नहीं मिलती, गुस्से पर कंट्रोल ना करने की वजह से
- खून की नालियों में तनाव क्यों है, ज़्यादा गुस्सा करने की वजह से
- दिल की बीमारियाँ क्यों पैदा हुई, गुस्सा करने की वजह से
- आंतें क्यों खराब हो गई, गुस्सा करने की वजह से
- कुव्वते बर्दाश्त क्यों जवाब दे गई, गुस्सा करने की वजह से
- साईनस क्यों नहीं जाता, गुस्सा करने की वजह से
- पट्टों को क्यों नुक्सान पहुंचा, गुस्सा करने की वजह से
- याददाश्त क्यों ज़ाएल हो गई, गुस्सा करने की वजह से
- फालेज का अटैक क्यों हुवा, गुस्सा करने की वजह से



## गुस्सा?

- गौर व फिक्र की कुव्वत कैसे खत्म हो गई गुस्सा करने की वजह से
  - हार्ट अटैक क्यों हो गया गुस्सा करने की वजह से
  - हसद की आग दिल में क्यों लगी है, गुस्सा करने की वजह से
  - तकब्बर क्यों बढ़ा हुआ है गुस्सा करने की वजह से
  - बुज़्र की गन्दगी दिल में क्यों मौजूद है, गुस्सा करने की वजह से
  - ग़ीबत क्यों की जाती है गुस्सा करने की वजह से,
- ईमान वाले को गाली क्यों दी जाती है, गुस्सा करने की वजह से  
मोमिन का क़त्ल क्यों किया गया, गुस्सा करने की वजह से  
और दुनिया वो आखिरत की ये सारी तबाहियाँ क्यों वुजूद में आईं  
अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम का सिर्फ एक हुक्म ना मानने की  
वजह से। वो हुक्म क्या है? “ला तज़ब” “गुस्सा ना करो”।  
अब हज़रत मौलाना शाह वसियुल्लाह साहब रह. के कहने के मुताबिक कि  
“इन्सान या तो इसी तरह गुस्सा किए जाए, और उसपर जो दीनी और दुन्यवी बुराइयाँ  
पैदा हों उनपर राज़ी रहें” ..... या “दूसरी सूरत ये है कि गुस्से ही को ज़ब्त कर लिया  
जाए ; अगरचे इसमें तकलीफ होती है, मगर ये तकलीफ बहुत सी तकलीफों के लिए  
ढाल बन जाती है”। (मुस्तफाद अज़ गुस्सा और उसका इलाज )

### चौथा हिस्सा : गुस्से का इलाज

#### गुस्से का नववी इलाज

अब जबके ये ज़ाहिर हो गया कि गुस्से के दुन्यवी और उखरवी तबाहियाँ बे शुमार हैं,  
और ज्यादा घरेलू और परेशानियाँ और दीनी तबाहियाँ इसी के सबब पैदा होती हैं ;  
तो हर समझदार इन्सान को उम्मन ..... और हर मुसलमान को खुसूसन ये जानने की  
कोशिश होनी चाहिए कि इस हलाक करने वाला मर्ज़ का इलाज क्या है ? और वो  
क्या तदाबीर हैं जिनको इख्तियार करके उसकी हलाकत से बचा जा सकता है। इस  
सवाल का जवाब ये है कि रहमतुल्लिल आलमीन सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने  
इस सिलसिले में जो तपसीली हिदायात दी हैं और बचने की जो तदबीरें बतलाई हैं,  
उनको मालूम करके एहतेमाम के साथ उनपर अमल किया जाए। देखिये कि  
अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इस हालाक करने वाला मर्ज़ का  
क्या इलाज तज्वीज़ फर्माया है :

- रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया : गुस्सा शैतान के  
असर से होता है और शैतान आग से पैदा हुआ है और आग पानी से बुझती

है, लेहाज़ा जब किसी को गुस्सा आए तो उसे वुज़ू कर लेना चाहिए। (अबू दावूद )

- आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया : “इज़ा गज़िब अहदुकुम फलयस्कुत” तुममे से किसी को गुस्सा आ जाए तो उसको खामोश रहना चाहिए। (मुस्नदे अहमद )
- हुज़ूरे अकरम सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया कि जब तुममे से किसी को गुस्सा आए और वो खड़ा हो तो बैठ जाए और बैठा हो तो लेट जाए। (अबू दावूद )
- अन अबी हु़रैरत रज़ि. अन्न रज़ुलं क़ाल लिन्नबिय्यी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम : औसिनी । क़ाल : ला तज़ब । फरहद मीरारं, क़ाल ला तज़ब । (रवाहुल बुखारी )
- हज़रत अबू हु़रैरा रज़ि. से मरवी है कि एक शख्स ने रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम से कहा कि मुझे कुछ वसियत फरमा दीजिए। अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया कि गुस्सा ना करना । उसने बार बार वसियत की दरख्वास्त की। (आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फिर भी यही फर्माया कि गुस्सा ना करो। (बुखारी )

### गुस्से का एक अहम इलाज अल्लाह वालों के साथ रहना

अल्लाह तआला ने हुज़ूरे अक़दस सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की सुहबत के नतीजे में सहाबा-ए-किराम के अख़लाक़ को मुअ्तदिल बना दिया था । सहाबा-ए-किराम रज़ि.ने अपने आप को हुज़ूरे अकरम सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के हवाले कर दिया, इस तरह के सहाबा-ए-किराम आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की ख़िदमत में हाज़िर हुए और अपने आप को इस्लाह के लिए पेश किया, और ये तहिय्या कर लिया कि जो कुछ आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम से सुनेंगे और जो कुछ आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम को करता हुए देखेंगे; अपनी ज़िन्दगी में उसकी इत्तेबाअ करेंगे और आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की हर बात मानेंगे । अब हुज़ूरे अक़दस सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम एक एक सहाबी को देख रहें हैं, तमाम सहाबा-ए-किराम आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के सामने हैं, उनके हालात आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के सामने हैं ।

बाज़ औकात खुद सहाबा-ए-किराम रज़ि. अपने हालात आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के सामने आकर बयान करते हैं: या रसूलुल्लाह! मेरे दिलमे इस काम का

खयाल पैदा हुवा, मेरे दिलमे इस काम का जज्बा पैदा हुवा, उसके जवाब में आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम फरमाते के तुम फुलां काम इस हद तक कर सकते हो, इससे आगे नहीं कर सकते। चुनांचे रफ्ता रफ्ता सरकारे दो आलम सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की तालीम व तर्बियत के नतीजे में ये हुवा के वो अख्लाक जो सरकारे दो आलम सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम लेकर आए थे वो सहाबा-ए - किराम में भी आगये।

चुनांचे ज़माना-ए-जाहिलियत में सहाबा-ए -किराम की क़ौम ऐसी क़ौम थी जिस का गुस्सा हद से गुज़रा हुआ था। ज़रासी बातमें आपस में जंग छिड़ जाती और बाज़ औकात चालीस चालीस साल तक वो जंग जारी रहती, लेकिन जब वो लोग रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की ख़िदमत में हाज़िर हुए तो ऐसे मोम बन गए कि फिर जब उनको गुस्सा आता तो सहीह जगह पर आता, और हद के अंदर रहता, जितना गुस्सा आना चाहिए उतना ही गुस्सा आता, उससे आगे नहीं बढ़ता ..... फिर यही तरीक़ा सहाबा-ए -किराम ने अपने शागिर्दों यानी ताबीईन के साथ और ताबीईन ने अपने शागिर्दों यानी तबए ताबीईन के साथ बरता। चुनांचे उनके अंदर भी वो सिफ़ात मुन्तक़िल हो गई। इसीलिए अल्लाह सुब्हानहु तआला ने हुसूले तक्वा के लिए सादिक़ीन की सुहबत इख़्तियार करने का हुक्म फर्माया है।

“या अय्युह ललज़ीन आमनु तकुल्लाह व कूनू मअ़स्सादिक़ीन” (तौबा )  
यानी अपने अख़्लाक़ दुरुस्त करना चाहते हो तो उनकी सुहबत इख़्तियार करो जिनके अख़्लाक़ दुरुस्त हैं और ऐसे लोगों की सुहबत इख़्तियार करो जो अल्लाहवाले हैं, जिनके दिलों में अल्लाह का ख़ौफ़ हो, आखिरत की फ़िक्र हो, जिनके अख़्लाक़ पाकीज़ा होचुके हों। (इस्लाम और हमारी ज़िंदगी जि. ९ स. २५ )  
मैंने हज़रत थानवी रह. के बारे में कहीं पढ़ा है कि उनसे किसीने शिकायत की के मुझे गुस्सा बहुत आता है और मैं उसे कंट्रोल नहीं कर पाता, हज़रत ने एक बुज़ुर्ग़ का नाम बतलाया के फुलां की सुहबत में जाकर बैठा करो, उसने ऐसा ही किया। कुछ दिनों के बाद जब वो शख्स हज़रत थानवी रह. की ख़िदमत में हाज़िर हुवा तो अर्ज़ किया, हज़रत ! मेरे गुस्से में तो बिल्कुल एतेदाल आ गया, हालांकि मैंने उन बुज़ुर्ग़ से ना गुस्से का इलाज मालूम किया और ना उन्होंने मुझे इस सिलसिले में कोई इलाज या वज़ीफ़ा बतलाया। हज़रत ने फर्माया के वजह उसकी ये है कि वो बहुत हलीमुत्तबअ़ हैं, यानी उनके मिज़ाज में गुस्सा ज़ब्त करना और बर्दाश्त करने का माद्दा बहुत ज्यादा है, ये उसी की बरकत है। और ऐसा क्यों ना होता कि हदीसे पाक के मफहूम में ये बात मिलती है कि ऊंटों के चरानेवालों में सख़्ती और बकरियों के चरानेवालों में नरमी



होती है। तो जब जानवरों की सुहबत का असर होता है तो अल्लाहवालों की सुहबत का असर क्यों नहीं होगा। इसीलिए कहा गया है कि किसी अल्लाहवाले की सुहबत में एक लम्हा भी रहना हजारों साल की इख्लास वाली इबादत से ज्यादा बेहतर है। वजह ये है कि अल्लाह वालों की सुहबत में अख्लाक दुरुस्त होते हैं और ये अख्लाक की दुरुस्तगी आमाल की हिफाजत का सबब होती है। अगर आमाल बहुत हों और अख्लाक में कमी हो तो एक बंद अख्लाकी का वबाल ऐसा है के बड़े बड़े आमाल की नेकी को जाया और बर्बाद कर देता है।

### गुस्सा दूर करने की कुछ और तदबीरें

उलमा ने गुस्सा दूर करने की दो तदबीरें लिखी हैं:

१. इल्मी २. अमली

- इल्मी इलाज ये है कि जिस काम के बिगड़ने पर तुम्हें गुस्सा आ रहा है, उसके बारे में सोचो कि ये काम अल्लाह के इरादे से हुवा है या नहीं? और यकीनन दुनिया का हर काम अल्लाह ही की मर्जी और उसके इरादे से होता है; फिर मतलब ये हुआ कि तुम इसलिए नाराज हो रहें हो कि ये काम अल्लाह के मंशा के मुताबिक कैसे हो गया! ये तो तुम्हारे मंशा के मुताबिक होना चाहिए था। अब तुम खुद बताओ कि ऐसा सोचना जेहालत है या नहीं! क्या अल्लाह तआला के इरादे को अपने इरादे के ताबेअ बनाना चाहते हो? याद रखो! अल्लाह के इरादे के बगैर एक ज़र्रा हिल नहीं सकता, और हमारी क्या हैसियत के हम अल्लाह के फ़ैसले पर अपनी नागवारी का इज़हार करें।
- इसी तरह ये सोचो कि जब ईमाने मुफ़स्सल के कलिमे में तुमने ये इक़्रार किया है कि “जो कुछ भला या बुरा पेश आता है, वो सब अल्लाह की तरफ से होता है” तो मेरा ये गुस्सा करना ईमानी इक़्रार के खिलाफ़ है। और कलिमाए ईमान के ज़बानी इक़्रार के बाद, अमल से उसके खिलाफ़ काम करना, किसी सच्चे मोमिन का शेवा नहीं हो सकता। इसी को अमली निफ़ाक़ कहते हैं। तो ये सोचो के तुम्हारा ये गुस्सा कहीं अमली निफ़ाक़ तो नहीं है!
- एक इल्मी इलाज ये भी बयान किया है कि गुस्से के वक़्त ये सोचे कि मेरा उस शख्स पर क्या हक़ है? और अल्लाह का मुझपर क्या हक़ है? ..... फिर अल्लाह का मेरे साथ क्या मामला है? और मैं उसके साथ क्या मामला कर

रहा हूँ?

जाहिर है कि जिसपर गुस्सा आया है, तुम ना उसके खालिक हो ना राजिक  
..... और ना तुमने उसको हयात दी है और ना उसकी मौत के मालिक हो,  
और अल्लाह तआला के तुमपर हर तरह के हुक्म हैं;

वही तुम्हारा खालिक व राजिक भी है और मौत व हयात का मालिक भी,  
तुम हर तरह से उसके महकूम व ममलूक और एहसानमंद हो, और इन  
तमाम के बावजूद तुम सुबह से शाम तक उसकी दर्जनों नाफर्मानियाँ करते  
हो और वो तुम्हारे तमाम जुर्मों को बर्दाश्त कर जाता है। तो क्या तुम्हें भी  
ऐसा नहीं करना चाहिए कि उसके बन्दों के साथ दरगुज़र का मामला करो!

- फिर अपने नफ्स से पूछो कि क्या तुम्हारी इताअत व रज़ामन्दी खुदा की  
इबादत और फरमाबरदारी से भी ज्यादा जरूरी है? ... वो तो तुम्हारी दर्जनों  
नाफर्मानियों को रोज़ाना माफ़ करता है और तुम्हारा हाल ये है कि ज़रा सी  
तबीअत के खिलाफ़ बात पर गुस्से में आपे से बाहर हो जाते हो, और जो जी  
में आए कर गुज़रने के लिए तैयार रहते हो!
- गुस्से के वक़्त ये सोचना भी गुस्से को ज़ाएल कर देता है कि अगर मुझसे कोई  
ग़लती हो जाए, और उसपर कोई गुस्सा करे तो मैं ये चाहूँगा के मुझे माफ़ कर  
दिया जाए, लेहाज़ा मुझे भी चाहिए के मैं उस शख्स को माफ़ कर दूँ। और  
सोचे के ये शख्स मेरा इतना तो ख़तावार नहीं होगा, जितना के मैं अल्लाह  
का गुनाहगार हूँ। और जब मैं अल्लाह तआला से माफ़ी का ख़वाहिशमंद हूँ  
तो इसे क्यों ना माफ़ करूँ।
- इसी तरह जब आप को गुस्सा आए तो अपनी जगह से हट जाइए, और  
अपने ज़ेहन को किसी दूसरे काम की तरफ़ लगा दीजिए, जब तक के गुस्सा  
बिल्कुल ख़त्म ना हो जाए। इन्शा अल्लाह तआला इस तदबीर से आप  
गुस्से के शर से महफूज़ रहेंगे।
- एक तदबीर ये है के अपने उयूब पर ध्यान कीजिए और सोचिए के मैं सब से  
बदतर और बुरा हूँ, इससे तकब्बुर की जड़ कटेगी, और गुस्सा ज़ाएल होगा,  
क्योंके गुस्से का सबब तकब्बुर ही होता है।
- अगर किसी से दुश्मनी हो गई हो और बार बार गुस्से के जज़्बात उभरते हों  
तो आप इस बात का एहतेमाम कर लें तो बहुत फ़ाएदा होगा कि उसको  
कुछ ना कुछ हदया दिया करें, चाहे बहुत ही कम मिक्कदार में क्यों ना हो।
- गुस्से के वहशियाना जज़्बात पर क़ाबू करने का एक बेहतरीन तरीक़ा ये भी  
है कि खुद को अल्लाह तआला के सिपुर्द करे दें, अल्लाह तआला से दुआ

करें कि जिस तरह तू हमें सारे गुनाहों से बचने की तौफीक अता करता है, उसी तरह हमें गुस्से पर क़ाबू पाने की तौफीक अता फ़रमा।

- गुस्से को क़ाबू में रखने की एक तदबीर ये है कि आप उन चीज़ों की फेहरिस्त बना लें जिनको देखकर या सुनकर आप को गुस्सा आ जाता है या आप चिड़ जाते हैं, कोई चीज़ आप के लिए ख़्वाह कितनी ही घटिया और बाइसे शर्म क्यों ना हो उसे फेहरिस्त में ज़रूर शामिल कर लें। इस फेहरिस्त के बनाने का फाएदा ये होगा कि आप अपने दुश्मन की घात से बाख़बर हो जाएंगे, और गुस्से से बचने की कोशिश करेंगे।

(मुस्तफ़ाद अज़ परेशान रहना छोड़ दीजिये, स. १५९ )

- जब गुस्सा आ जाए तो ये सोचिए कि शैतान अपनी टोली के साथ हम पर हमला करना चाहता है, इसलिए जिस पर गुस्सा आया है उसपर गुस्सा करने की बजाए, अल्लाह तआला को पुकारिए कि “ऐ अल्लाह ! शैतान मुझपर हमला आवर हो चुका है, आप मुझे उसके शर से बचाइए, और इसी को दो तीन दफ़ा मांग लीजिए, इन शाअल्लाह गुस्सा और शैतान के शर से हिफाज़त होगी इन तदबीर में से जो तदबीर आप के लिए सहल और आसान हो, उसको इख़्तियार करना शुरू कीजिए, इन शाअल्लाह बहुत जल्द इस हलाक करने वाला मर्ज से आप को नजात मिल जाएंगी।

### तरबीयत और इस्लाह के लिए गुस्सा कैसे करें ?

बाज़ मर्तबा तर्बियत और इस्लाह की गर्ज से मातहतों, शागिर्दों और मुरीदीन पर गुस्सा करने की ज़रूरत भी पेश आती है, इसीलिए कहीं गुस्सा करना वाजिब होता है और कहीं जाइज़ भी। मगर गुस्से को नाफ़िज़ करने का सहीह इल्म ना हो तो इंसान हद से आगे बढ़ जाता है और एक बुराई दूर करने की कोशिश में दूसरी कई तबाहियों में मुब्तला हो जाता है। बवक़्ते ज़रूरत गुस्से को कैसे नाफ़िज़ किया जाए कि “सांप भी मर जाए, और लाठी भी ना टूटे”। इस सिलसिले में हज़रत हकीमुल उम्मत रहमतुल्लाही अलैह फरमाते हैं : “मैं गुस्से के बारे में एक गुर बतलाता हूँ जो अमली इलाज भी है और दस्तूरुल अमल बनाने के लाएक भी ; वो ये कि गुस्सा आते ही फौरन नाफ़िज़ करना शुरू ना कर दे, ज़रा ठहर जाए, और जिस पर गुस्सा आया है उसको अपने सामने से हटा दे, या ख़ुद वहाँ से हट जाए, जब गुस्से का जोश जाता रहे उसके बाद फैसला करे कि उस शख्स को क्या सज़ा दी जाए। मगर इस फ़ैसले के लिए



## गुस्सा?

इल्मे दीन की ज़रूरत होगी, वो बतलाएगा कि ये मौक़ा गुस्सा करने का है या नहीं ? फिर मौक़ा होने पर सज़ा कितनी होनी चाहिए ? इसके बाद जो कुछ फैसला होगा बजा होगा , और इन सब बातों का फैसला सुकून की हालत में करे, गुस्से में ना करे ; क्योंकि हदीस में है: “ला यक्रिज़ल क्राज़ी वहुव ग़ज़बान”

क्राज़ी गुस्से की हालत में फैसला ना करे। (इब्ने माज़ा )

बल्के खूब सोचे और मामले दोबारा गौर भी करे। यहाँ भी इल्मे दीन की ज़रूरत होगी। जब गुस्सा आए तो ये भी सोचे के आया यहाँ सज़ा देना वाज़िब है या जाएज़ ? अगर वाज़िब है तो इस आयत पर अमल करें “वला तअखुजकुम बिहिमा रअफ़तुं फ़ी दीनिल्लाही” के उसपर शफ़क़त ग़ालिब नहीं आनी चाहिए। पस अगर शरअ सज़ा देना वाज़िब हो तो सज़ा देना वाज़िब है।

शेख़ शेरज़ी फ़र्माते हैं :

“बे हुक़मे शरअ आब ख़ुर्दन ख़ता अस्त”

“व गर ख़ू बफ़त्वा बेरज़ी रवा अस्त”

“कि हुक़मे शरई के खिलाफ़ पानी पीना भी जाएज़ नहीं और अगर शरीअत इज़ाज़त दे तो क़त्ल कर देना भी दुरुस्त है।

और ये उस सूरत में है जब सज़ा देना अपना हक़ ना हो बल्के अल्लाह का हक़ हो। अगर अपना हक़ हो कि किसीने हमारा नुक़सान किया था या हमारी नाफ़रमानी की थी तो उस वक़्त कामिल दर्जा इतेबाए हुदा का है: यानी अपना हक़ माफ़ कर दे, अगरचे ये भी जाएज़ है कि बदला ले ले, लेकिन माफ़ कर दे तो उसका अज़्र अल्लाह तआला पर है। और माफ़ करना चूँके नफ़्स पर शाक़ है इसके लिए बाज़ मुराक़बात (ध्यान और गौर करने कि ) की भी ज़रूरत है मसलन ये सोचे कि “ऐ नफ़्स क्या तू मुजरिम नहीं ! फिर ये कहे कि “जितनी तुझको उसपर कुदरत है खुदा तआला को तुझपर उससे ज़्यादा कुदरत है”। फिर ये सोचे कि तू अपने जुर्म के लिए क्या चाहता है ? माफ़ी चाहता है या सज़ा ? यक़ीनन माफ़ी चाहता है, तो जैसे तू अपने लिए माफ़ी चाहता है उसी तरह तुझको दूसरों के लिए भी माफ़ी को पसंद करना चाहिए। और ये भी सोचे कि अगर तू ख़ता माफ़ कर देगा तो हक़ तआला तेरी ख़ता माफ़ कर देंगे”। (वअज़ुल हवा, आदाबे इंसानियत )

## गुस्सा दूर करने की दुआएं

हज़रत आग्रेशा रज़ि. को जब गुस्सा आता तो रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम उनकी नाक को हिलाते और फरमाते ऐ उवैश ! ये दुआ पढ़ो :

“अल्लाहुम्म रब्ब मुहम्मद, इफ़िल्ली ज़म्बी व अज़िहब ग़ैज़ कल्बी व अजिर्नी मिम्मुज़िल्लातिल फितनी” (अमलुल यौमी वल्लैलह)  
 तर्जमा: ऐ अल्लाह ! मुहम्मद सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के रब ! मेरे गुनाहों को माफ़ कर दे, मेरे दिल के गुस्से को दूर कर दे। और गुमराह करनेवाले फ़ित्नों से मेरी हिफाज़त फरमा।

- हज़रत सुलैमान बिन सरूर रज़ि. बयान करते हैं कि दो आदमी नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के पास गाली गलोच कर रहे थे, उनमें का एक गुस्से में आ गया, उसका चेहरा सुर्ख हो गया और उसकी रोंगें फूल गईं, रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने उसकी तरफ देखा और फर्माया : मैं एक कलिमा जानता हूँ कि अगर ये उसे कह ले तो उसकी ये कैफियत दूर हो जाए, वो कलिमा है

“अऊज़ु बिल्लाहि मिन शैतानि रज़ीम”

- मैं शैतान मरदूद से अल्लाह की पनाह चाहता हूँ। (सहीह बुखारी )
- हिस्ने हसीन में लिखा है कि जो शख्स अल्लाह तआला का नाम “अर्रऊफ़” का विदरखे, इन शाअल्लाह मख्लूक उसपर मेहरबान हो जाएगी, और वो मख्लूक पर मेहरबान हो जाए और जो शख्स दस मर्तबा दरूद शरीफ और दस मर्तबा इस नाम को पढ़े तो इन शाअल्लाह उसका गुस्सा दूर हो जाएगा और दुसरे ग़ज़बनाक शख्स पर दम कर दे तो उसका गुस्सा भी दफ़ा हो जाएगा। (हिस्ने हसीन स. ५५ )

### गुस्सा करनेवाले के साथ बर्ताव

अगर किसी शख्स को गुस्सा आ जाए तो उसको जवाब देकर या दबाव डालकर खामोश करने की कोशिश उमूमन नाकाम साबित होती है। गुस्से की हालत में हवास निहायत तेज़ हो जाते हैं। हर बात का सहीह या ग़लत जवाब फौरन दिया जाता है गुज़रे हुए दिनों के वाक्किआत बहुत तेज़ी के साथ शैतान उसके सामने पेश करता है, इसी वजह से आमतौर पर ऐसा ही होता है कि जवाब देने की सूरत में गुस्सा सर्द पड़ने की बजाए और ज़्यादा भड़क जाता है, और हालत ये हो जाती है कि

“मर्ज़ बढ़ता गया जूँ जूँ दवा की”

इसीलिए अल्लामा जौज़ी फरमाते हैं कि जब तुम किसी को देखो कि वो गुस्से में नामुनासिब बातें बकने लगा है तो तुमको चाहिए कि उसकी बातों का कुछ लेहाज़ ना

करो, और इन बातों की वजह से उसका मुआखड़ा भी ना करो, क्योंकि उसकी हालत नशे में मस्त आदमी की तरह हो गई है, अब जो कुछ उसकी ज़बान पर आ रहा है ; उसको उसकी ख़बर नहीं है। अब तुमको ये चाहिए कि उसके उबाल पर सब्र से काम लो, और उसकी बातों को कुछ अहमियत मत दो, क्योंकि उसपर शैतान ग़ालिब आ चुका है, तबीअत में हैजान पैदा हो गया है और अक़ल रूपोश हो गई है।

और अगर तुम भी उसपर गुस्सा करने लगे या उसके बर्ताव के मुताबिक़ जवाब देने लगे, तो तुम्हारी मिसाल उस अक़लमंद की तरह हो जाएगी जो किसी पागल के मुंह लगे, या उस सेहहतमंद की तरह होगी जो किसी बेहोश पर गुस्सा करे, लेहाज़ा कुसूर तुम्हारा ही होगा। तुमको चाहिए के उसपर तरस खाओ, और ये देखो के उसपर तक्रदीर का फैसला कैसे ग़ालीब आया है, और वो तबीअत और नफ़्स का खिलौना बन गया है। और इसका यक़ीन रखो के जब होश में आएगा तो अपने अल्फ़ाज़ और बर्ताव पर इन्तेहाई शर्मिदा होगा और तुम्हारे सब्र की क़द्र करेगा। और उसपर तरस खाने का कम से कम तक्राज़ा ये है कि उसको इतनी देर के लिए छोड़ दो, जिसमे वो राहत पा जाए, यानी जो कुछ बक रहा है उसको कह लेने दो यहाँ तक कि उसका गुस्सा उतर जाए।

बापके गुस्से के वक़्त भी बेटे को, और शौहर के गुस्से के वक़्त बीवी को ऐसा ही बर्ताव करना चाहिए कि जो कुछ भी कहे, कह लेने दिया जाए, ताके भड़ास निकल जाए, उसको कुछ अहमियत ना दी जाए, फिर देखना वो जल्द ही शर्मिदा होकर मअज़िरत करेगा।

और अगर उसकी हालत और गुफ़्तगू का मुक़ाबला किया गया तो दुश्मनी जगह पाएगी, फिर जो कुछ नशे में हुवा था उसपर होश की हालत में बदला लिया जाएगा। इस बात को ख़ूब समझ लो, क्योंकि अक्सर लोग इस मामले में सहीह तरीक़े से हटे हुए हैं, जब किसी मुब्तलए ग़ज़ब को देखते हैं तो जो कुछ वो कहता या करता है उसका जवाब देने लगते हैं, हालांकि ये अक़ल और हिक़मत के तक्राज़े के खिलाफ़ है। हिक़मत का तक्राज़ा वही है जो मैंने ज़िक़्र किया।

“वमा यअक़िलुहा इल्लल आलिमून” इसको तो सिर्फ़ अहले इल्म ही समझते हैं।  
(मजालिसे जौज़िय्या, दिल की दुनिया स. ८७, ८८)



### पांचवां हिस्सा : गुस्से पर क़ाबू पानेवालों के वाक़ेआत

सीरत और तारीख़ की किताबों में बे शूमार ऐसे वाक़ेआत हैं कि अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम और आपके शैदाईयों ने ऐन गुस्से के मौक़े पर, गुस्से की आग को बढ़ने से रोका, गुस्से के ग़लत जज़्बे को बरवक़्त लगाम दिया और हिलम व बुर्दबारी का मुज़ाहरा किया। चंद वाक़ेआत बतौर इब्रत पेश किए जाते हैं।

#### नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम पर जादू करनेवाले के साथ आप का बर्ताव

हज़रत ज़ैद बिन अर्क़म रज़ि. फरमाते हैं कि एक यहूदी ने हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम पर जादू किया था, जिसकी वजह से नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम चंद दिन बीमार रहे। और हज़रत आयेशा रज़ि. की रेवायत में है कि जादू के असर से आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम को ये महसूस होता था कि आप बीवियों के पास गए हों, हालांकि ऐसा नहीं होता। हज़रत सुफ़ियान कहते हैं कि जादू का सबसे सख़्त असर यही होता है।

हज़रत जिब्रील अलै. ने हाज़िर होकर अर्ज़ किया कि फुलां यहूदी ने आप पर जादू किया है, उसने बालों में गिरहें लगाकर फुलां कुब्बे में डाला है, आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम आदमी भेजकर उसे मंगवा ले, आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने उन गिरहों को खोला तो ठीक होकर ऐसे खड़े हो गए जैसे किसी बंधन से निकले हों। मगर आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने ना तो ये बात आख़री दम तक उस यहूदी को बतलाई और ना उसका कोई नागवार असर चेहरे पर कभी ज़ाहिर हुवा। (हयातु ससहाबा हिस्सा दोम स. ६९०)

#### एक देहाती की गुस्ताख़ी पर आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम का हुस्ने सुलूक

हज़रत अनस रज़ि. फरमाते हैं कि मैं एक मर्तबा नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के साथ था। आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के बदन पर एक नजरानी चादर थी, उसके किनारे सख़्त और खुरदुरे थे। अचानक एक देहाती आया और आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की चादर पकड़कर ज़ोर से खींचा, मैंने उस वक़्त नबी

सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की गर्दन के जाहिरी हिस्से को देखा, उसपर चादर को जोर से खींचने से खराश आ गयी थी, फिर उस देहाती ने कहा ऐ मुहम्मद ! सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम मुझे उस माल में से दिए जाने का हुक्म कीजिए जो आप के पास है। उस शख्स की इस सख्त गुस्ताखी के बावजूद, आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम उसकी तरफ देख कर मुस्कुराए और उसे हदया देने का हुक्म फ़रमा दिया। (अत्तर्गीब वत्तर्हीब जि. ३ स. ४१९ )

### **हज़रत अबू बक्र रज़ि. के गुस्से पर, नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की नाराज़गी**

हज़रत अबू हुरैरा रज़ि. बयान फर्माते हैं कि एक शख्स हज़रत अबू बक्र रज़ि. को बुरा भला कह रहा था, हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम भी वहाँ तशरीफ़ फर्मा थे। हज़रत अबू बक्र का जवाब ना देना हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम को पसंद आ रहा था, और हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम मुस्कुरा रहे थे। जब वो आदमी बहुत ज़्यादा बुरा भला कहने लगा तो हज़रत अबू बक्र सिद्दीक़ रज़ि. ने भी उसकी किसी बात का जवाब दे दिया। जिससे हज़रत नबी ए करीम सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम नाराज़ होकर वहाँ से चल दिए। हज़रत अबू बक्र सिद्दीक़ रज़ि. भी पीछे पीछे चल दिए और हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम से अर्ज़ किया के जब तक वो मुझे बुरा भला कह रहा था, आप बैठे रहे और जब मैंने उसकी किसी बात का जवाब दे दिया तो आप नाराज़ हो गए ? इसपर हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया के जबतक तुम ख़ामोश थे एक फ़रिश्ता तुम्हारी तरफ़ से जवाब दे रहा था और जब तुम ने भी जवाब दे दिया तो एक शैतान बीच में आ गया और फ़रिश्ता चला गया, और मैं किसी शैतान के साथ नहीं बैठ सकता। इसके बाद हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया कि अबू बक्र ! तीन बातें बिल्कुल सच्ची और बरहक़ हैं :

१ जिस बन्दे पर ज़ुल्म किया जाए और वो अल्लाह की रज़ा की ख़ातिर उस ज़ुल्म का बदला ना ले, तो अल्लाह तआला उस बन्दे की ज़रूर मदद फ़रमाएंगे।

२ जो आदमी जोड़ पैदा करने के लिए हदया देने का दरवाज़ा खोलता है अल्लाह उसका माल ख़ूब बढ़ाते हैं।

३ जो शख्स माल बढ़ाने की निय्यत से मांगने का दरवाज़ा खोलता है तो अल्लाह तआला उसके माल को कम कर देते हैं। (हैसमी, जि. ८, स. ९.१ )

### गुस्से के मौके पर हज़रते उमर रज़ि. की खामोशी

हज़रत उमर फारूक रज़ि. एक रात गश्त कर रहे थे। एक घर से गाने की आवाज़ आयी, पीछे की दीवार से चढ़कर आप अंदर तशरीफ ले गए तो देखा के एक शख्स है उसके पास एक औरत बैठी हुई है। आप ने उससे फर्माया के ऐ दुश्मने खुदा ! क्या तू ये समझता है कि बावजूद इन गुनाहों के, अल्लाह तआला तेरी ऐबों को छुपायेगा। उसने कहा के ऐ अमीरुल मुअ्मिनीन ! सज़ा देने में जल्दी ना कीजिए, मैंने एक गुनाह किया है आपने तीन गुनाह किए। अब्वल ये कि अल्लाह तआला ने फर्माया है कि किसी के ऐब का तजस्सुस ना करो, और आप ने किया। दुसरे ये कि अल्लाह तआला ने फर्माया है के घरों में दरवाज़े की तरफ से आओ, और आप मेरे मकान की पुश्त की तरफ से आए। तीसरे ये कि अल्लाह तआला ने फर्माया है कि किसी के घर में बगैर उसकी इजाज़त के ना जाओ, आप मेरे घर में बगैर मेरी इजाज़त के आए। अगरचे हज़रत उमर रज़ि. के लिए इन तीनों बातों का जवाब आसान था, ये तीनों हुक्म हाकिमे वक्त्र के लिए नहीं हैं, इसलिए कि वो इन्तेज़ामी मुआमलात में तजस्सुस भी कर सकता है, घर के अंदर पुश्त की तरफ से भी जा सकता है, और बगैर इजाज़त के भी। मगर आप की आदत ये थी कि आप की ज़ात पर कोई एतेराज़ करता तो गुस्सा करने के बजाए ज़ब्त कर जाते थे। (खुलफाए राशिदीन, स. ११६ )

### हज़रत उस्मान रज़ि. और उनके गुलाम का वाक़ेआ

रेवायत में है कि एक मर्तबा हज़रत उस्मान ग़नी रज़ि. ने किसी ग़लती पर गुस्सा होकर अपने गुलाम का कान मरोड़ दिया था, फिर उससे फर्माया कि तुम मुझसे बदला ले लो, तुम भी मेरा कान मरोड़ो। उसने आप की बात मानने के लिए आप का कान अपने हाथ से पकड़ लिया, आप ने फर्माया कि ज़ोर से पकड़ो और मरोड़ो, मैंने ज़ोर से मरोड़ा था, दुनिया में बदला हो जाना आखिरत में बदला हो जाने से बेहतर है। (खुलफाए राशिदीन, स. १८.)

### हज़रते अली रज़ि. का गुस्सा रोक लेना और काफ़िर का इस्लाम लाना

रिवायत में है कि सय्यिदना हज़रत अली कर्मल्लाहू वज्हेहू एक दफ़ा किसी काफ़िर को पछाड़ कर क़त्ल करने के लिए उसके सीने पर सवार हो गए, उसको क़त्ल करने



ही वाले थे कि उस गुस्ताख ने आप के चेहरे पर थूक दिया। आप को उसकी इस हरकत पर गुस्सा आया, और फ़ौरन ही उस काफ़िर के सीने से उतर गए। उसने पूछा कि आप ने मुझपर क़ाबू पा लिया था; मगर क़त्ल क्यों नहीं किया? हज़रत अली रज़ि. ने फ़र्माया वज़ह उसकी ये हुई कि पहले मैं तुझे ख़ालिस अल्लाह के लिए क़त्ल करना चाहता था, उसमें मेरा नफ़्स शामिल नहीं था, मगर जब तूने मुंह पर थूका तो उस गुस्से में नफ़्स का गुस्सा भी शामिल हो गया। इसलिए मैंने तुझे छोड़ दिया। आप के इस इख़लास को देख कर वो फ़ौरन इस्लाम में दाख़िल हो गया। (आदाबे इन्सानियत, स. ३८)

### सय्यिदना अली बिन हुसैन रज़ि. का वाक़ेआ

इमामे बैहक़ी ने कुरआने करीम की आयत: وَالْكَافِرِينَ الْغَيْظَ  
 ‘वल्काज़िमीनल ग़ैज़ ..... अख़ीर तक’। की तफ़्सीर में सय्यिदना अली बिन हुसैन रज़ि. का एक वाक़ेआ नक़ल फ़र्माया है कि आप की एक कनीज़ आप को वुजू करा रही थी कि अचानक पानी का बरतन उसके हाथ से छूटकर हज़रत के बदन पर गिर पड़ा, कपड़े भीग गए अब गुस्सा आना तो आना ही था, गुस्सा आया, कनीज़ को एहसास हुवा तो उसने ये आयत पढ़ दी: “वल्काज़िमीनल ग़ैज़” (यानी अल्लाह के मख़सूस बन्दे) गुस्से को पी जाते हैं। ये सुनते ही ख़ानदाने नुबुव्वत के इन बुजुर्ग़ का गुस्सा फ़ौरन सर्द पड़ गया, फ़ौरन ख़ामोश हो गए, इसके बाद बांदी ने आयत का अगला जुमला पढ़ दिया: “वल अफीन अनिन्नास” यानी वो लोगों को माफ़ कर देते हैं, तो फ़र्माया मैंने तुम को दिल से भी माफ़ कर दिया, कनीज़ भी होशियार थी उसने इसके बाद तीसरा जुमला भी सुना दिया “वल्लाहु युहिबुल मुहसिनीन” और अल्लाह तआला एहसान करनेवालों से मुहब्बत करता है। इस आयत में एहसान और हुस्ने सुलूक की हिदायत है, ये सुनकर हज़रत अली बिन हुसैन रज़ि. ने फ़र्माया कि जा मैंने तुझे आज़ाद भी कर दिया। (मआरिफ़ुल कुरआन, जि. २, स. १८९)

### हज़रत इमामे आज़म रह. का अजीब वाक़ेआ

इमामे आज़म अबू हनीफ़ा रह. एक रोज़ जुहर की नमाज़ के बाद घर तशरीफ़ ले गए, बालाख़ाने पर आप का कमरा था आराम के लिए बिस्तर पर लेट गए। इतने में किसी ने नीचे से दरवाज़े पर दस्तक दी। आप अंदाज़ा कीजिए जो शख्स सारी रात का जागा हुवा हो, और सारा दिन मसरूफ़ रहा हो, उस वक़्त उसकी क्या कैफ़ियत होगी। ऐसे

वक़्त में कोई आ जाए तो इन्सान को कितना नागवार होता है, लेकिन इमाम साहब उठे, जीने से नीचे उतरे, दरवाज़ा खोला तो देखा एक साहब खड़े हैं। इमाम साहब ने पूछा : कैसे आना हुवा ? उसने कहा एक मसअला मालूम करना है। इमाम साहब ने उसको कुछ नहीं कहा, बल्के फर्माया कि अच्छा भाई ! क्या मसअला मालूम करना है ? उसने कहा मैं क्या बतावूँ ? मैं जब आ रहा था मुझको याद था कि क्या मसअला मालूम करना है ? लेकिन अब मैं भूल गया, याद नहीं रहा कि क्या मसअला पूछना था ? इमाम साहब ने फर्माया कि अच्छा याद आ जाए तो फिर पूछ लेना, और आप खामोशी से ऊपर चले गए। अभी जाकर बिस्तर पर लेटे ही थे कि दोबारा दस्तक हुई, इमामसाहब फिर बालाखाने से नीचे तशरीफ लाए, देखा तो वही साहब खड़े है। इमामसाहब ने फर्माया के हाँ भाई ! मसअला याद आ गया ? उन्होंने कहा कि इमामसाहब ! माफ़ कीजिए मसअला तो याद आया था ; मगर आप के आधी सीढ़ी तक आते ही ना जाने क्यों फिर अचानक भूल गया। अब अगर एक आम आदमी होता तो उसके गुस्से का आलम क्या होता, मगर इमामसाहब तो सब्र व हिल्म और बुर्दबारी के पहाड़ थे। आप ने कहा कि अच्छा जब याद आ जाए तो पूछ लेना और फिर जाकर इमामसाहब बिस्तर पर लेट गए, फिर तीसरी मर्तबा उस शख्स ने दस्तक दी तो इमामसाहब नीचे उतरे, वो आदमी कुछ सहमा हुवा भी था, इमामसाहब ने खुद पुछा, हाँ भाई ! मसअला याद आ गया ? उसने कहा जी हाँ, मसअला ये है कि इन्सान के पाखाने का ज़ाएक़ा मीठा होता है या कड़वा ?

इमामसाहब ने कहा जब ताज़ा होता है तो उसमे कुछ मिठास होती है और जब सूख जाए तो उसका ज़ाएक़ा कड़वा हो जाता है। उस शख्स ने कहा ..... क्या आप ने कभी चखकर देखा है ? इमामसाहब ने फर्माया कि हर बात का इल्म ज़ाती तजरबे से ही नहीं होता ; बल्के बाज़ चीजों का इल्म, अक़ल से भी हासिल किया जाता है, जब पाखाना ताज़ा होता है तो उसपर मख़िय़ाँ बैठती हैं, और जब सूख जाता है तो नहीं बैठती, मालूम हुवा कि दोनों में फर्क है, वरना दोनों पर बैठतीं। इमामसाहब का जवाब सुनकर उस आदमी ने कहा इमाम साहब ! मुझे माफ़ कीजिए, मैं आप के सामने हाथ जोड़ता हूँ, मैंने आप को बहुत सताया, लेकिन आपने मुझको हरा दिया। इमामसाहब ने पूछा वो कैसे ? उसने कहा दरअसल एक दोस्त से मेरी बहस हो रही थी कि इस वक़्त के इलमा में सब से ज्यादा हिल्म व बुर्दबारी किस में है ? मेरा कहना था कि हज़रत सुफ़ियान रह. मे, जबके मेरे दोस्त की राय आपके बारे में थी, हम दोनों में इसी बात पर बहस आगे बढ़ गई तो मैंने जांचने के लिए ये तदबीर इख़्तियार की, आप



को बार बार आराम के वक़्त में ज़हमत देकर एक बेहूदा सवाल किया और आप को मुश्तज़िल करने की कोशिश की। मैंने सोचा कि आप को किसी तरह गुस्सा दिला दूँ, ताकि मैं जीत जाऊँ, मगर आज आपने मुझे हरा दिया। और मैं आज के बाद से क्राएल हो गया कि इस रूए ज़मीन पर आप से ज़्यादा हलीम व बुर्दबार और अपने गुस्से पर क़ाबू रखनेवाला आपसे ज़्यादा कोई नहीं। (मिसाली नौजवान )

### हज़रत इमामे आजम रह. का एक और वाक़ेआ

इमाम अबू हनीफ़ा रह. के वालिदे मुहतरम के इन्तेक़ाल के बाद एक शख्स आप के पास आया और कहने लगा सूना है कि आप के वालिद का इन्तेक़ाल हो गया है, और ये भी सूना है कि आप की वालिदा काफ़ी हसीन व जमील भी हैं। मेरी ख्वाहिश है कि आप उनसे मेरा निकाह कर दीजिए। इमाम साहब ने फर्माया कि मेरी वालिदा बालिगा और सय्यिबा है, मैं उनसे पूछता हूँ, अगर वो राज़ी हो जाए तो मुझे कोई इन्कार नहीं? उसने कहा ..... तो फिर घर जाकर फ़ौरन ही पूछ लीजिए।

उसकी इस हरकत पर आपको जिस क़द्र गुस्सा आता कम था। मगर सब्र का घूँट पीते हुए इमाम साहब जैसे ही अपने घर की तरफ़ रवाना हुए, वो शख्स वही गिरा और बे होश हो गया। लोग दौड़े और उसको उठाया तो मालूम हुवा के वो मर चुका है। इमाम साहब से किसी ने पूछा कि क्या हो गया? आपने फर्माया उसको मेरे सब्र ने क़त्ल कर डाला। उस शख्स का निकाह करने का इरादा नहीं था बल्के वो इमाम साहब का मज़ाक़ उड़ना चाहता था। क्या इन्तेहा है इस हिल्म और ज़ब्त की मगर ये हज़रात जितना हिल्म करते हैं; उतना ही खुदा तआला उनकी तरफ़ से इन्तेक़ाम लेते हैं। सच है के जो शख्स अल्लाह के किसी वली से अ़दावत और दुश्मनी रखता है; अल्लाह तआला उससे ऐलाने जंग करते हैं। (अलहवा वलहुदा स. ९२ )

### हज़रत मौलाना इस्माईल शहीद का गुस्सा रोक लेना

मौलाना मुहम्मद इस्माईल शहीद रह. नसीहत करने में तेज़ मशहूर थे। वाज़ व बयान के दौरान अंदाज़ में काफ़ी सख़्ती होती थी। बाज़ लोगों का गुमान ये था के ये तेज़ी नफ़सानियत का जोश है। चुनांचे एक दफ़ा मज्मे में वाज़ फरमा रहें थे कि एक बे अदब शख्स ने अर्ज़ किया कि हज़रत मैंने सुना है कि आप हराम की पैदाइश है। आपने निहायत मतानत से जवाब दिया कि भाई किसी ने तुमसे ग़लत कहा है। मेरे माँ बाप के निकाह के गवाह तो अब तक मौजूद हैं, तुम्हारा जी चाहे तो मैं उनसे गवाही दिलवा दूँ



कि उनके सामने निकाह हुवा था और निकाह के बाद शरई हुक्म ये है कि बच्चे माँ बाप के होते हैं। निकाह के सुबूत के बाद जो लड़का पैदा होगा वो तो हलाली होगा, उसको हरामी कहना सही नहीं क्या इन्तेहा है इस तवाजुअ की। उस शख्स की ये बात सामिईन को निहायत गिरा गुजरी, खुसूसन जानिसारों को तो कैसा हैजान हुआ होगा। मगर मौलाना ने इस्तेक़लाल को हाथ से जाने नहीं दिया। ज़ाहिर है कि मौलाना को गुस्से के अंजामे बद का किस क्रद्र इस्तेहज़ार रहा होगा, और मौलाना ने किस क्रद्र तहम्मूल से काम लिया होगा। उसका असर ये हुआ कि वो शख्स आप के क्रदमों में गिर पड़ा, और कहा मेरा गुमान ये था कि आप का गुस्सा नफ्स के लिए है, आज मालूम हो गया कि आप गुस्सा नफ्स के लिए नहीं करते। (अलहवा वलहुदा स.

९२)

ग़र्ज बुजुर्गों की बड़ी बड़ी हिकायतें हैं कि उन्होंने ने किस तरह गुस्से को ज़ब्त किया है और हिल्म व बुर्दबारी में अल्लाह के प्यारे रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की कैसी इतेबाअ की है। अस्लाफ के इन वाक़ेआत से ये बात भी यक़ीनी हो गई कि शदीद गुस्से की हालत में, अपने गुस्से पर क़ाबू पा लेना हर इन्सान के बस में है। और गुस्सा ज़ब्त ना करनेवालों का ये उज़्र करना के मैं गुस्से में आपे से बाहर हो जाता हूँ, या गुस्से की हालत में मैं क्या कहता हूँ, क्या करता हूँ, कुछ समझ में नहीं आता; ये सब ना माकूल और बे बुनियाद बातें हैं। और गोया कि अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम पर एक तरह से इल्ज़ाम है कि आपने उम्मत को ऐसे काम का हुक्म फर्माया है जिस का करना उसके बस से बाहर है।

हक़ीक़त तो ये है कि हर फ़र्द गुस्सा ज़ब्त करने पर क़ादिर है। मगर हाँ ये जब ही मुम्कीन है कि वो गुस्से की तबाही को जानता हो, गुस्से के वक्रत हिम्मत व इस्तेक़लाल से काम ले, और गुस्से के अंजामे बद से बचने की तदाबीर भी इख़्तियार करें।

### छठा हिस्सा : गुस्से के कुछ ख़ास मौक़े

#### गुस्सा ज्यादा कहाँ आता है ?

आज मुआशरे में अगरचे गुस्से का हर जगह बोल बाला है, और जिस शख्स से जितना बन पड़ता है, अपने मिज़ाज और तबीअत के ख़िलाफ़ बातों पर गुस्सा करने में कोई कसर नहीं छोड़ता है, ताहम कुछ जगहें ऐसी हैं, जहाँ गुस्से के नतीजों में जुल्म व तशद्दुद का बाज़ार कुछ ज़्यादा ही गर्म है। उनमें “शौहर का बीवी पर गुस्सा” और “मदरस के तलबा पर पढ़ानेवाले का गुस्सा” ज़्यादा क़ाबिले ज़िक़्र है। ये वो मज़लूमिन हैं, जो अपनी मजबूरियों की वजह से ना जुल्म का बदला ले सकते हैं और

ना ही अक्सर मवाक़ेअ पर उसका इज़हार कर पाते हैं, और गुस्से में जुल्म करनेवाले उनकी मजबूरियों का खूब फाएदा उठाते हैं और जुल्म पर जुल्म करते चले जाते हैं। चुनांचे मियाँ बीवी का गुस्सा और मुदर्रिसीन का तलबा पर गुस्सा” को उनकी अहमियत के पेशे नज़र अलग से बयान किया जाता है।

### शौहर बीवी का आपसी गुस्सा

हमारी घरेलू जिन्दगी जिन मसाएब और इन्तेशार का शिकार है उनमें मियाँ बीवी के इख्तेलाफात और आपसी गुस्से का हाल सबको मालूम है। जिस घर को सुकून व राहत का घेहवारा होना चाहिए था, इस्लामी तालीमात से दूरी ने आज अक्सर घरों को ग़म व गुस्सा और झगड़े फ़साद का मैदान बना दिया है। अक्सर घरों में मियाँ बीवी में बाहमी झगड़ों की वजह से चैन व सुकून तबाह हो चुका है। लोगों ने अपनी जिंदगी को किस तरह परेशानियों का मज्मआ बन लिया है उसकी एक झलक मुलाहज़ा कीजिए, आज कम व बेश हर घर में ये सदर् जंग छिड़ी हुवी है :

शौहर कहता है ..... बीवी मेरी ख़िदमत नहीं करती  
 बीवी कहती है ..... शौहर मेरा ख़याल नहीं रखता  
 शौहर कहता है ..... बीवी मेरा ख़याल नहीं रखती  
 बीवी कहती है ..... शौहर बच्चों को वक़्त नहीं देता  
 शौहर कहता है ..... बीवी हर वक़्त मेरी निगरानी करती है  
 बीवी कहती है ..... शौहर घर से ज़्यादा बाहर वक़्त देता है  
 शौहर कहता है ..... बीवी बहुत फुज़ूल खर्च है  
 बीवी कहती है ..... शौहर बखील है  
 शौहर कहता है ..... बीवी ज़रूरी ज़ेब व ज़ीनत नहीं करती  
 बीवी कहती है ..... शौहर के मुंह से सिगरेट और तम्बाकू की बू आती है  
 शौहर कहता है ..... बीवी मेरे घर में रहें  
 बीवी कहती है ..... शौहर मुझे रिश्तेदारों के यहाँ जाने नहीं देता  
 शौहर कहता है ..... बीवी की दीनी हालत दुरुस्त नहीं  
 बीवी कहती है ..... उनकी खुद की हालत दुरुस्त नहीं  
 शौहर कहता है ..... बीवी अपनी सास को नहीं मानती  
 बीवी कहती है ..... शौहर मेरी कोई बात नहीं मानता  
 शौहर कहता है ..... बीवी पर्दे का एहतेमाम नहीं करती  
 बीवी कहती है ..... खाविंद नज़रों की हिफाज़त नहीं करता  
 शौहर कहता है ..... बीवी मुझसे ज़बान दराज़ी करती है  
 बीवी कहती है ..... शौहर मुझ पर दस्त दराज़ी करता है  
 शौहर कहता है ..... बीवी ग़ैर शर्ई तक़रीबात में जाती है  
 बीवी कहती है ..... शौहर रिश्तेदारी निभाना नहीं जानता

शौहर कहता है ..... बीवी घर की चहार दिवारी में रहे  
 बीवी कहती है ..... महंगाई है मैं भी मुलाजमत क्यों ना करूं  
 शौहर कहता है ..... बीवी मेरे हुकूक अदा नहीं करती  
 बीवी कहती है ..... खाविंद मेरे हुकूक अदा नहीं करता  
 (माखूज अज सहमाही हकीमुल उम्मत, थाना भवन )

### मियाँ बीवी का झगड़ा ..... सारे फसादों की जड़

हज़रत थानवी रह. फरमाते हैं कि “मियाँ बीवी का फसाद सब फसादों की मुर्गी है, यानी सेकड़ों फसाद को पैदा करती है”। (कमालाते अशरफिय्या स. ४६ )

मियाँ बीवी का रिश्ता उल्फत व मुहब्बत का हसीन तरीन रिश्ता है। इस रिश्ते की दुरुस्ती घर के माहोल को पुरसुकून और खुशगवार बनाती है, अगर ये तअल्लुक भी रंजिश का शिकार हो जाए तो ना सिर्फ ये कि घर का सुकून खत्म हो जाता है बल्के ये रंजिश खानदानी दुश्मनी और औलाद की तबाही व बर्बादी का भी सबब बन जाती है और उसके ऐसे ख़तरनाक और भयानक नताएज निकलते हैं जिस का अंदाज़ा नहीं किया जा सकता। यही वजह है कि इब्लीस अपनी रोज़ाना की मज़लिस में अपने उन्हीं शागिर्दों को शाबाशी और एजाज़ व इक्राम के क़ाबिल समझता है जो मियाँ बीवी के दर्मियान रंजिश पैदा करने और जुदाई डालने में कामियाब हो जाते हैं।

चुनांचे हज़रत जाबिर रज़ि. से मरवी है कि रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया: इब्लीस पानी पर तख़्त पर बैठ कर अपनी फ़ौज चारों तरफ भेजता है, जब वो वापस आकर अपनी कारगुज़ारी सुनाते हैं तो वो उनके कारनामों से ज़्यादा ख़ूश नहीं होता, जब कोई कहता है कि मैंने मियाँ बीवी या घरवालों के दर्मियान तफ़रीक़ करा दी है तो उसे अपने करीब करता है। (जामिउल मसानिद, हदीस १९५) और इसके बिल्मुक़ाबिल अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने उस आदमी को सब से बेहतर इंसान क़रार दिया है जिस का मामला अपने घरवालों के साथ ज़्यादा बेहतर हो। यानी उनकी कोताहियों पर दरगुज़र और गलतियों पर हिल्म व बुर्दबारी का बर्ताव करनेवाला हो।

और हदीस में है कि तुममे सबसे बेहतर शख्स वो है जो अपने घरवालों के साथ तुम सब लोगों मे ज़्यादा बेहतर हो। (तिर्मिज़ी )

मगर आज ऐसे घर बहुत कम मिलेंगे जहाँ मियाँ बीवी के दर्मियान आपसी रंजिश और ग़म व गुस्से का बाज़ार गरम ना हो। अगर गुस्से की भड़कती हुई आग ना सही, तो उसकी गरमी और लिपटों से तो शायद ही कोई बच सका हो, बस अल्लाह ही जिस को अपने करम से बचा ले।

### शौहर को गुस्सा क्यों आता है

आम तौर से देखा ये जाता है कि शादी के बाद कुछ दिनों तक मियाँ बीवी के दर्मियान



उल्फत व मुहब्बत का रिश्ता काएम रहता है, मगर उसके बाद छोटी छोटी बातों पर तनाव पैदा होना शुरू हो जाता है और देखते ही देखते, प्यार मुहब्बत की बजाए नफरत का जज्बा दिल में घर कर जाता है ? गौर करने पर उसकी कई वजहें समझ में आती हैं:

१ अब्बल ये के औरतों को अल्लाह तआला ने नाक़िसुल अक़ल (यानि अल्लाह पाक ने उनकी अक़ल में कमी रखी) और टेढ़ी पसली से पैदा किया है, मगर उनसे ऐसे कामों की उम्मीद रखी जाती है या उनसे ऐसे कामों का मुतालबा किया जाता है जो नाक़िसुल अक़ल नहीं कर सकता। और फिर उसके कामों को जब मर्द अपनी अक़ल की रौशनी में देखता है तो उसे गुस्सा आता है कि ये काम वैसा क्यों नहीं हुवा जैसा वो चाहता है। ऐसा करना दरअसल मर्द व औरत की अक़ली तफावुत का अमल इन्कार करना है।

२ दूसरी वजह ये होती है कि शौहर के गुस्से की आग जब भड़कती है तो उस वक़्त बीवी का जवाब देना जलते पर तेल का काम करता है। गुस्से का बातिनी सबब चूँके तकब्बुर होता है, और जिस के अंदर मुतकब्बिर को ज़र करने की कुव्वत ना हो, उसके लिए खामोश रहना ही दानिशमंदी होती है। ऊपर के सफ़हात में अल्लामा जौज़ी रह. की बात नक़ल की गई है कि ऐसे वक़्त में जवाब देने से बात बनती नहीं बल्के और बिगड़ जाती है।

३. इस सिलसिले में नफ़्स व शैतान की चालों से बे खबर होना भी एक बड़ी वजह है कि उममन लोगों को मालूम ही नहीं के वो मियाँ बीवी के दर्मियान नाइतेफ़ाकि पैदा करने की कोशिशों में किस क़दर सरगरम रहता है और उसके लिए कैसी कैसी तदबीरें इख़्तियार करता है।

४ चौथी बात ये है कि आम तौर से ऐसा होता है कि मियाँ बीवी दोनों आपसी तअल्लुकात को खूश गवार रखने की तदबीरों से नावाक़िफ़ होते हैं या जानने के बावजूद भी उनपर अमल नहीं करते।

आम तौर से यही अस्बाब हैं जिनकी वजह से अक्सर घरों में इन्तेशार, ना इत्तेफ़ाकि, ग़म व गुस्सा और लड़ाई झगड़े का माहोल गर्म है और माल व दौलत की फरावानी और ऐश व राहत के सामानों की कसरत के बावजूद ना दिल में चैन है और ना ज़िंदगी में सुकून व इत्मीनान। आइए ऊपर लिखी हुयी बातों को थोड़ी तफ़सील से लिखते हैं.

**पहली वजह :** घरेलू इख़्तेलाफ़ात की पहली वजह जो हर शौहर को ज़ेहन नशीन कर लेनी चाहिए वो ये है कि अल्लाह तआला ने औरतों को नाक़िसुल अक़ल बनाया है, और नाक़िसुल अक़ल आम तौर से काम को ख़राब ही किया करते हैं, उनसे कोई काम बेहतर और उम्मीद के मुताबिक़ हो जाए तो ये उनके लिए काबिले तारीफ़ है, और अगर काम ख़राब हो जाए तो उनसे उम्मीद इसी की रखनी चाहिए। अगर उनके कामों को मर्द अपनी अक़ल की तराजू पर तोले और कमी की शक़ल में नाराज़ हो और गुस्सा करे तो ये कोताही औरतों की नहीं खुद मर्दों की शुमार की जाएंगी। इसीलिए अल्लाह तआला ने इस हक़ीक़त से पहले ही बाख़बर किया है। और जब ताजिर ने माल का ऐब बतलाकर सामान दिया है तो फिर उस सामान के ऐब पर नाराज़ होना

और गुस्सा करना नादानी और हिमाकृत के सिवा और क्या हो सकता है ? इसलिए मिजाज और तबीअत के खिलाफ़ बातों पर ये सोच कर खामोश हो जाना चाहिए कि ये काम बीवी ने अपनी अक़ल और समझ के एतेबार से किया है, जिसको मैं अपनी अक़ल और समझ के एतेबार से देखूंगा तो कमी तो ज़रूर नज़र आएंगी।

**दूसरी वजह:** घरेलू इख़्तेलाफ़ात की जड़ मज़बूत करनेवाली दूसरी चीज़ बीवी का जवाब है। शौहर के गुस्से के वक़्त जब बीवी शौहर का जवाब देने की कोशिश करती है तो शौहर का गुस्सा कम होने की बजाए और भड़क उठता है। बात बनने की बजाए और बिगड़ जाती है। गुस्से का सबब चूँके तकब्बुर होता है और छोटा या मातहत जब मुतकब्बिर को जवाब देने की कोशिश करता है तो तकब्बुर की आग और तेज़ होती है। इसीलिए अल्लामा जौज़ी का क़ौल ऊपर नक़ल किया गया है कि ऐसी हालत में गुस्सा करनेवाले का जवाब देने की बजाए ये सोचना चाहिए कि उसकी हालत नशे में मस्त आदमी की तरह हो गई है, अब जो कुछ उसकी ज़बान पर आ रहा है; उसको उसकी ख़बर नहीं। अब तुमको ये चाहिए के उसके उबाल पर सब्र से काम लो, और उसकी बातों को कुछ अहमियत मत दो, क्योंकि उसपर शैतान ग़ालिब आ चुका है, तबीअत में हैजान पैदा हो गया है, और अक़ल रूपोश हो गई है। और अगर तुम भी उसपर गुस्सा करने लगे या उसके बर्ताव के मुताबिक़ जवाब देने लगे तो तुम्हारी मिसाल उस अक़लमंद की तरह हो जाएगी जो किसी पागल के मुंह लगे, या उस सेहतमन्द की तरह होगी जो किसी बेहोश पर गुस्सा करे, लिहाज़ा कुसूर तुम्हारा ही होगा। तुमको तो चाहिए के उसपर तरस खाओ। और ये देखो की उसपर तक्रदीर का फैसला कैसा ग़ालिब आया है, और वो तबीअत और नफ़्स का खेलौना बन गया है। और इसका यक़ीन रखो कि जब होश में आएगा तो अपने अल्फ़ाज़ और बर्ताव पर इन्तेहाई शर्मिदा होगा, और तुम्हारे सब्र की क़द्र करेगा। और उसपर तरस खाने का कम से कम तक्राज़ा ये है कि उसको इतनी देर के लिए छोड़ दो, जिसमे वो राहत पा जाए, यानी जो कुछ बक रहा है उसको कह लेने दो यहाँ तक के उसका गुस्सा उतर जाए। बाप के गुस्से के वक़्त भी बेटे को, और शौहर के गुस्से के वक़्त बीवी को ऐसा ही बर्ताव करना चाहिए कि गुस्से में जो कुछ भी कहे, कह लेने दिया जाए, ताके भड़ास निकल जाए, उसको कुछ अहमियत ना दी जाए, फिर देखना जल्द ही वो शर्मिदा होकर मअज़िरत करेगा।

चुनांचे गुस्से की हालत में शौहर को जवाब देना मामले को और बढ़ा देता है ऐसे वक़्त में बीवी के हक़ में ख़ामोशी बेहतर है।

**तीसरी वजह :** ये बात भी इन्तेहाई अहम है कि सुबह से शाम तक शैतान की कोशिश ये होती है कि वो मियाँ बीवी के दर्मियान नफ़रत की दीवारें खड़ी करने के लिए अपनी पूरी सलाहियतें और तजरबात लगा दे। और हर वक़्त इसकी ताक में रहें के कोई मौक़ा ऐसा हाथ में आ जाए कि उनके दर्मियान आपसी रंजिश, ग़म व गुस्सा और नाइत्तेफ़ाक़ी पैदा कर दी जाए ताके कारगुज़ारी के वक़्त ख़ूब दाद मिले और इब्लीस उनको अपना मुक़र्रब बनाए।

अब एक मिसाल सुनिए कि शैतान मियाँ बीवी के दर्मियान ग़म व गुस्से का माहोल



कैसे खड़ा करता है ?

शौहर ने ऐसे वक्त में बीवी को बुलाया जब वो किसी काम में मशगूल थी, आवाज़ सुनने के बाद फ़ौरन इसलिए हाज़िर नहीं हो सकी कि उसके हाथ में कोई अहम काम था, मसलन वो बच्चे के काम में लगी हुवी थी या शौहर ही के किसी काम में थी, जिसकी वजह से पहली आवाज़ में नहीं आ सकी, या वो ऐसी जगह पर थी जहाँ उसको आवाज़ नहीं पहुँच सकी मसलन पंखा चल रहा था या नल से पानी गिरने की आवाज़ आ रही थी जिसकी वजह से वो शौहर की बात सुन नहीं सकी। फिर शौहर दूसरी बार जब आवाज़ देगा तो उसकी आवाज़ में कुछ तेज़ी होगी और अल्फ़ाज़ भी सख़्त होंगे। अगर शौहर तेज़ मिज़ाज का है तो तेज़ अल्फ़ाज़ में आवाज़ देगा और नर्म मिज़ाज का है तो उसका अपना अंदाज़ होगा, मुख़्तलिफ़ मिज़ाज और तबीअत के एतेबार से कोई कुछ कहेगा और कोई कुछ। मसलन कोई कहेगा : अरे सुन रही हो के नहीं !

कोई कहेगा : अरे कान में आवाज़ जा रही है के नहीं !

कोई कहेगा : क्या हो गया है तुम्हारे कानों को ? बहरी तो नहीं हो गई ! वगैरा।

मिज़ाज और तबीअत के एतेबार से जुमले और अंदाज़ अलग अलग हो सकते हैं किसी के कुछ हलके और किसी के कुछ सख़्त। और चूँके बीवी भी बेकुसूर थी इसलिए ये तेज़ी उसके दिल को चोट पहुँचाएगी, वो शौहर की तेज़ बात का जवाब दे या ना दे, उसके दिल को इन तेज़ बातों का नशतर ज़रूर लगेगा। अगर बीवी ने गुस्से में कुछ कह दिया तो शैतान को मौक़ा मिल गया, अब वो बातों का बतंगड़ बनाकर दोनों के दर्मियान नफरत व अदावत की ऐसी बीज बोएगा के उसके कांटों से घर का हर फर्द ज़ख़मी होगा कोई कम कोई ज़्यादा। अगर बीवी ने शौहर की उस तेज़ बात का जवाब नहीं दिया, तो अब शैतान की कोशिश ये होगी कि शौहर की तरफ से फिर कोई ऐसी बात पेश आ जाए जिससे बीवी के सब्र का पैमाना लबरेज़ हो जाए और उस मर्तबा वो शौहर का जवाब दे ही दे और मामला किसी तरह आगे बढ़ जाए। खुलासा ये कि नफ़्स व शैतान हर वक्त इस बात की कोशिश में है कि मियाँ बीवी के दर्मियान गुस्से की फ़िज़ा हमवार करके पूरे घर के सुकून को नाइत्तेफ़ाकी और लड़ाई झगड़ों में तब्दील कर दे। इसलिए एक होशमंद शौहर और सलीकामंद बीवी के लिए ज़रूरी है कि नफ़्स व शैतान की चालों से कभी गाफिल ना हो और हमेशा चौकन्ना रहे।

**चौथी वजह :** यानी मियाँ बीवी के खुशगवार तअल्लुकात को बर्बाद करनेवाली चौथी चीज़ आपसी तअल्लुकात को खुशगवार रखने की तदबीरों से नावाकिफ़ होना या जानने के बावजूद उनपर अमल ना करना है। अगर ग़ौर करें तो हमारे घरेलू बिगाड़, आपसी रंज़िश और मियाँ बीवी के इख़्तेलाफ़ात की एक अहम वजह यही है। इस सिलसिले में हमारा मुआशरा बहुत जादा कोताही करता है, हालांके अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की तालीमात और सहाबा ए किराम की सीरत में ऐसी काफी हिदायात मौजूद हैं जिनको अपनाकर घरेलू मसाएल और इन्तेशार से बचा जा सकता है। शरीके हयात के साथ मुहब्बत का इज़हार करना,



तल्लिखियों और नागवारियों के बावजूद मीठी ज़बान और नर्म लब व लेहजा इख्तियार करना, उनकी तारीफ़ के लिए उनकी कमियों के अंदर भी खूबियाँ तलाश कर लेना ऐसी तदबीरें हैं जिनको अपना घरेलू ज़िन्दगी को खुशगवार बनाने के लिए इन्तेहाई ज़रूरी है और उनको नज़र अंदाज़ करके घर में मुहब्बत का माहोल पैदा करने की कोशिश करना एक ख़्वाब के सिवा कुछ नहीं।

रसूल अकरम सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की तालीमात में ऐसी तदबीरें और इस सिलसिले के कीमती उसूल मौजूद हैं जिनको अपनाकर घर से ग़म व गुस्सा और नफरत के माहोल का ख़ात्मा किया जा सकता है।

याद रखिए कि बीबी से सिर्फ़ मुहब्बत करना ही काफी नहीं, बल्के मुहब्बत के साथ साथ मुहब्बत का इज़हार भी रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की सीरत से साबित है। चुनांचे रेवायत में है कि जब हज़रत आयेशा सिद्दीका रज़ि. अल्लाह के हबीब सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के साथ खाना तनावुल फर्मातीं और गोश्त के बड़े टुकड़े होते तो जब हज़रत आइशा रज़ि. उन टुकड़ों में से कुछ हिस्सा दांतों से काटने के बाद रख देतीं तो नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम हज़रत आइशा रज़ि. से क़सदन पूछते कि आयेशा ! तुमने कहाँ से काटा था, और उनके बतलाने के बाद आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम भी उसी जगह से काट कर खाते। ऐसा इसलिए करते कि उम्मत को मालूम हो जाए कि घरेलू माहौल को खुश गवार बनाने के लिए सिर्फ़ मुहब्बत ही काफी नहीं बल्के मुहब्बत का इज़हार भी ज़रूरी है।

बीबी की दिलजोई और उससे अपनी मुहब्बत का इज़हार घरेलू ज़िन्दगी को खुशगवार रखने के लिए इस क़दर ज़रूरी है कि उलमा ए किराम ने इसकी सराहत की है कि बीबी की खिलाफ़े वाकिआ तारीफ़ करना, जिससे उसकी दिलदारी और दिलजोई मक्सूद हो ; ना सिर्फ़ ये कि जाएज़ है बल्के एक पसंदीदा अमल है। ग़ौर करे कि इस्लाम में झूट बोलना किस क़दर बुरा अमल है। एक हदीस का मफहम है कि मोमिन हर गुनाह कर सकता है, मगर झूठा नहीं हो सकता मगर जहाँ बीबी से इज़हारे मुहब्बत और उसके दिलजोई की बात आती है वहाँ इस अमल को मना करने की बजाए पसंदीदा फर्माया गया।

बाज़ सहाबा ए किराम रज़ि. की सीरत में ये बात मिलती है कि आपसी मुहब्बत को बरक्रार रखने के लिए बीवियों से कुछ प्यार व मुहब्बत के उसूल मुक्रर कर लिए थे और उसकी पाबन्दी करते थे। चुनांचे हज़रत अबू दर्दा रज़ि. फरमाते हैं कि मैंने अपनी अहलिया से कह रखा था कि अगर मुझे तुम्हारी किसी बात पर गुस्सा आ जाए तो तुम मुझे मना लिया करना और जब तुम नाराज़ हो जाओ तो मैं मना लिया करूंगा। इस तरह घरेलू ज़िन्दगी में खुशगवारी और आपसी मुहब्बत बरक्रार रहेगी।

### हाकीम नहीं, आशिक बने

मर्दों को अल्लाह तआला ने औरतों पर फ़ौक़ियत बख़्शी है और घर की सारी ज़रूरिय्यात पूरी करने का ज़िम्मेदार शौहर को बनाया है। इसलिए घर में हर बात

शरीअत की रौशनी में शौहर की चलनी चाहिए और बीवी को शौहर की इताअत करनी चाहिए। मगर इसका ये मतलब हरगिज़ नहीं कि इस बरतरी को ज़ाहिर के लिए शौहर घर में हाकीम बनकर रहे।

यही वो मरहला है जहाँ शौहर अक्सर ग़लती कर जाते हैं और अपनी चलाने का तरीक़ा बस ये समझते हैं कि ऐसा अन्दाज़ इख़्तियार करें जिससे बीवी मरज़ब हो जाए। बीवी को अपनी मर्ज़ी के मुताबिक़ रखने के लिए वो डांट डपट और ज़बान की सख़्ती का सहारा लेते हैं, हालांकि ये बात सौ फ़ीसद ना तजरबाकारी और नादानी की है।

मुनासिब तरीक़ा ये है कि बीवी के साथ हाकिम बनकर नहीं आशिक़ बनकर रहना चाहिए। एक बुज़ुर्ग़ फ़र्माते हैं कि औरतें मुहब्बत के लिए पैदा की गई हैं, अगर तुमने अपनी बीवी से मुहब्बत के साथ साथ मुहब्बत का इज़हार करना भी सीख लिया तो वो अपनी बोटी बोटी तुम पर कुर्बान कर देगी। और अगर तुमने उसपर ताक़त दिखाया तो याद रखो कि वो टेढ़ी पसली से पैदा हुई है, टूट तो जाएगी मगर सीधी नहीं हो सकती।

मगर लोगों की हालत ये है कि घर से बाहर तो अख़्लाक़ के पैकर बनकर रहते हैं और घर में दाख़िल होते ही खुद को किसी ज़ालिम हुक्मरां या डिक्टेटर से कम तसव्वुर करना, अपनी मर्दाना शान के ख़िलाफ़ समझते हैं। कोई बात भी मिज़ाज के ख़िलाफ़ पेश आ जाए तो घर में हंगामा खड़ा हो जाता है। उन्हें शायद ये भी ख़याल नहीं रहता कि हम जिस नबी की उम्मत हैं; उन्होंने घर में रहने के सिलसिले में किसी अख़्लाक़ की तालीम दी है या नहीं। बहुत से शौहर ऐसे हैं कि घर पहुँचते ही उनका पारा चढ़ जाता है वो मामूली मामूली बातों को बुनियाद बनाकर अहलिया को डांटना झिड़कना और ताना देना शुरू कर देते हैं। वज़ह उसकी ये होती है कि बहुत से शौहर अपनी दुकान या मुलाज़मत से घर पहुँचने से पहले ही अहलिया मोहतरमा से मूतअल्लिक़ उम्मीदों की एक लम्बी लिस्ट ज़ेहन में लिए हुए घर पहुँचते हैं, और जहाँ उन उम्मीदों के ख़िलाफ़ कोई बात पेश आती है तो गुस्से में आग़ बग़ौला हो जाते हैं: घर पहुँचने से पहले शौहर की तवक्कुआत कम व बेश ये होती हैं कि:

- मेरे घर पहुँचने से पहले बीवी, अपने सारे काम काज छोड़कर मेरे इस्तेक्रबाल के लिए खड़ी होगी।
- मेरे कमरे की एक एक चीज़ सलीके से जैसा मैं चाहता हूँ मेरी हिदायत के मुताबिक़ रखी हुई होगी।
- बच्चे बिल्कुल साफ़ सुथरे और सलीके से होंगे।
- दरवाज़े पर दस्तक देते ही, पहली ही घंटी में बल्के गली में गाड़ी का हॉर्न सुनते ही वो दरवाज़े पर आकर खड़ी हो जाएगी।
- सास, नन्द पड़ोसन या किसी और झगड़े की ख़बर मुझे नहीं सुनाएगी, और ना किसी ग़म या परेशानी की इत्तेलाज़ मुझे देगी।
- खाना मेरी मर्ज़ी के मुताबिक़ तैयार होगा और कुछ मीठे का भी इत्तेज़ार होगा।



वगैरा वगैरा।

अब शौहर साहब घर में दाखिल हुए और घर का माहोल मज़कूर। तबक्कुआत के मुताबिक नहीं निकला तो उनकी उम्मीद को ठेस पहुँचती है, बीवी की किसी मजबूरी और माजबूरी का कुछ खयाल दिल में नहीं आता, बीवी को कुछ ज़मले कह डालते हैं, जो दिन भर की थकी हुवी बीवी के लिए माचिस की तीली का काम करते हैं और फिर ये चिंगारी आहिस्ता आहिस्ता अंगारा बनकर ऐसी आग लगाती है कि खूदा के घर का सारा सुकून खाक हो जाता है ! फिर उसके नतीजे में कहीं सख्त कलामी, कहीं ग़ीबत, चुगलियाँ, इल्जाम तराशियाँ समधनों में झगड़ें, गाली गलोच और हाथापाई की नौबत आ जाती है इसलिए क्या ही अच्छा हो कि शौहर साहब घर आते हुए ये सोच कर घर की तरफ चले कि हो सकता है कि :

- बीवी को कोई उज़्र पेश आ गया हो जिसकी वजह से वो अपने काम काज में लगी हुई हो और वक़्त पर घर के काम काज ना कर सकी हो ।
- हो सकता है कि मेरे घर पहुँचने के वक़्त ही उसे कोई तक्राज़ा पेश आ गया हो, बच्चों की ज़रूरत में मसरूफ हो जिसकी वजह से दस्तक देने और घंटी बजने के बाद दरवाज़ा खोलने में देर हो गई हो।
- हो सकता है कि काम वाली ना आई हो या अहलिया की तबीअत ख़राब हो जिसकी वजह से सफ़ाई नहीं हो सकी या सफ़ाई तो हुई थी मगर मेरे घर पहुँचने से कुछ पहले ही कुछ क़रीबी रिश्तेदार घर आकर गए हों और उनके बच्चे मेरे बच्चों के साथ मिलकर घर की कुछ चीज़ों को बेतरतीब कर गए हों, तो मैं इसमें सिर्फ़ बीवी को ही कैसे इल्जाम दे सकता हूँ और सारा दिन ला परवाही से गुज़ारने का इल्जाम उसके सर कैसे रख सकता हूँ !
- हो सकता है कि वक़्त पर खाना इसलिए तयार नहीं हो सका या मेरी पसंद का खाना इसलिए नहीं बन पाई कि गोद के बच्चे ने आज कुछ ज़्यादा ही परेशान कर दिया हो, या हो सकता है कि आज बीवी के सर में शदीद दर्द हो गया हो, और वो दो घंटे तक बिस्तर से ना उठ सकी हो। उसका पूरा पूरा इरादा यही था कि वक़्त पर सारा काम हो जाए मगर मजबूरियों की वजह से ऐसा ना हो सका।

इसी तरह आप खुद बीवी की तरफ से ऐसी बातें तलाश कर लीजिए कि शायद इस वजह से काम वक़्त पर नहीं हो सका ..... शायद ये बात हो गई हो इसलिए फुलों का काम इस तरह नहीं हो सका वगैरा वगैरा। अगर आप ये चाहें कि घर में रोज़ रोज़ के झगड़े ना हों, मोहल्ले वाले और रिश्तेदार तमाशा ना देखें, आप के मासूम बच्चे आप दोनों मियाँ बीवी के झगड़ों की वजह से ज़ेहनी बीमारियों के शिकार ना हो तो आप अपने तर्ज़े अमल को दुरुस्त कीजिए।

याद रखें ! औरत मुहब्बत के लिए पैदा की गई है, अगर आपने बीवी से मुहब्बत करना और इज़्हारे मुहब्बत का तरीक़ा सीख लिया तो यक़ीन के साथ कहा जा सकता है कि मुहब्बत व क्रूर दानी के ज़रिये जिस क्रूर आप अपनी बात मनवा सकते हैं और अपनी फरमाबरदारी पर मजबूर कर सकते हैं, वो फरमान जारी करके



और सख्ती से काम लेकर हरगिज़ नहीं कर सकते।

याद रखिए ! घरेलू ज़िन्दगी को खुशगवार बनाने की तदबीर एक मुस्तक़िल फन है जिसकी शरीअत ने तालीम दी है, जिस को सीखे बग़ैर घर चलाना और बीवी बच्चों की दीनी तर्बियत और इस्लाह करना बिल्कुल ऐसा ही है जिसे सीखे बग़ैर गाड़ी चलाना, और ज़ाहिर है कि बग़ैर सीखे गाड़ी चलाने में टकराव और एक्सीडेंट का क़वी अंदेशा है। इसी तरह बीवी, बच्चों की तर्बियत का फन सीखे बग़ैर घर को टकराव और उलझनों से बचाना, उससे कहीं ज़्यादा मुश्किल है।

जैसे सिर्फ़ ड्राइविंग लाइसेंस हासिल कर लेना ही गाड़ी को टकराव से बचाने के लिए काफी नहीं, इसी तरह सिर्फ़ शादी के बाद तर्बियत और इस्लाह का फन सीखे बग़ैर घर के माहोल को खुशगवार बनाए रखना भी बेहद मुश्किल है।

हज़रत मौलाना मुफ़्ती मुहम्मद हनीफ़ अब्दुल मजिद साहब दामत बरक़ातुहुम के पास किसी शौहर ने अपनी बीवी की कोताहियों और इस सिलसिले में अपने रदे अमल की तफ़्सील लिख कर मसअले का हल मालूम किया कि वो क्या करे ? उसने पूछा कि क्या इन हालात में मैं दूसरी शादी कर लूं ?

हज़रत मुफ़्ती साहब ने उस नौजवान के हालात का बग़ैर जाएज़ा लिया फिर जो जवाब तहरीर फर्माया उसका खुलासा ये है कि दूसरी और तीसरी बल्के चौथी शादी कर लेना भी तुम्हारे मसाएल का हल नहीं है। मसअले का हल ये है कि किसी अल्लाह वाले के पास रहकर या उनसे तअल्लुक़ क़ाएम करके तुम खुद अपनी इस्लाह कराओ और अपनी बीवी के सिलसिले में आस्मानी मेज़्रार से उतरकर ज़मीन पर आओ, इन शाअल्लाह तुम्हारी यही बीवी तुम्हारे लिए ज़हमत की बजाए राहत व सुकून का ज़रिया बन जाएगी।

हज़रत मुफ़्ती साहब मौसूफ़ की किताब तोहफ़ ए दुल्हा हर दुल्हे को और तोहफ़ ए दुल्हन हर दुल्हन को ज़रूर पढ़ना चाहिए। नीचे 'मर्दों के लिए चन्द बहुत अहम् उसूल लिखे जाते हैं, जिनकी रिआयत इन शाअल्लाह गुस्से को ज़ाएल करने और घर में खुशगवार नताएज का बाइस बनेगी।

### ❦ सोच को मुस्बत (Positive) बनाने की ज़रूरत ❦

इस सिलसिले में अपनी सोच को मुस्बत बनाना निहायत ज़रूरी है। दूसरों की खूबी और अच्छाई पर नज़र डालने से मुस्बत सोच पैदा होती है और कमजोरियों को देखने से मन्फी (Negative) सोच को बढ़ावा मिलता है। मुस्बत सोच से परेशानियाँ और उलझनें दूर होती हैं; जबके मन्फी सोच से मसाएल और ज़्यादा बढ़ते हैं।

अगर किसी ने आप को शरबत का ग्लास दिया, छे इंच के ग्लास में ऊपर दो इंच खाली है, आपने ग्लास के भरे हुए हिस्से को देखा तो देनेवाले का शुक्रिया अदा करेंगे और देने वाले से जोड़ पैदा होगा, और अगर खाली हिस्से को देखेंगे तो नाशुक्रिया का

जज़्बा पैदा होगा और तोड़ का सबब बनेगा।  
इसलिए दानिशमंदी की बात ये है कि इन्सान हर मसअले में उमूमन मुस्बत सोच इख्तियार करे। आप की बीवी चाहे जिस क़द्र ना अहल हो उसकी खूबियों को तलाश करें और उसकी क़द्रदानी करें। ऐसा हो ही नहीं सकता कि दुनिया का कोई इन्सान बुराइयों से भरा हुवा हो और उसके अंदर कोई खूबी ना हो। मसल मशहूर है कि बंद घड़ी भी चौबीस घंटे में दो बार सहीह वक़्त बतलाती है।

**“दाग़ ही दाग़ हो ऐसा तो नहीं है नातिक़्र”**

**“साफ़ जिस सिम्त से हो, उस सिम्त से देखा जाए”**

एक ही मसअले को दो अफ़राद दो हैसियतों से देखते हैं, मुस्बत पहलू से देखनेवाला ख़ूश होता है और मन्फ़ी पहलू पर नज़र रखने वाला शिकवा करता है। गुलाब के पौदे में कांटे भी होते हैं और फूल भी, जिनकी निगाह कांटों पर होती है वो गिला और शिकवा करते हैं, और जो फूलों की खूबसूरती पर निगाह रखते हैं उनका वुजूद खुशियों में डूब जाता है।

**“उन्हें गिला है के फूलों के साथ कांटे हैं  
हमें ख़ूशी है के कांटों के साथ फूल भी हैं”**

### ग़म व ग़ुस्से से नजात पाने के लिए चन्द उसूल

मियां बीवी की घलेरू ज़िंदगी के हर मोड़ पर इन बातों पर ध्यान दीजिए :

- ये सोचिए कि अल्लाह मेहरबान ने मेरे हक़ में इसी को पसंद फर्माया है।
- मुझे हरामकारियों से बचाने का ज़रिया मेरी बीवी है।
- बीवी को थोड़ा बहुत रूठने का हक़ है, आखिर वो आप के सिवा और किस पर नाज़ करेगी!
- बीवी को दीनदार बनाने के लिए खुद दीनदारी ना छोड़िए।
- अपनी निगाहों की हिफ़ाज़त कीजिए।
- कभी भी किसी से कुछ उम्मीद ना रखे। हज़रत अली रज़ि. का फ़रमान है कि इन्सान इन्सान को तकलीफ़ नहीं पहुंचाते, वो उम्मीदें तकलीफ़ पहुंचाती हैं जो इन्सान दूसरों से लगा लेता लेता है।
- आप की बीवी कोई फ़रिश्ता नहीं, और ना ही उसका मिज़ाज आप के मिज़ाज के सांचे में ढाला गया है, इसलिए अपने मेअयार को कुछ नीचे लाइए, आस्मानी मेअयार को ज़मीन पर उतारिए उससे मुहब्बत के साथ साथ मुहब्बत का इज़हार भी कीजिए।
- उसके कामों की क़द्रदानी कीजिए, बल्के उसके नाक़िस कामों पर भी तन्क़ीद

- ना कीजिए।
- याद रखिए कि नरम लेहजा और मीठी ज़बान के बग़ैर मुहब्बत एक ख़्वाब की तरह है।
  - डांट डपट और गुस्सा करना इतना मुफीद साबित नहीं होता जितना नरम लेहजे में समझा देने से अच्छा नतीजा निकलता है।
  - जिसने नर्म लेहजा और मीठा बोल बोलना सीख लिया, उसने दरहक्रीकत उलझे हुए मसाएल को हल करना और तलखी को खुशगवारी में बदलने का फन सीख लिया।
  - ये भी याद रखिए ! बीवी और बच्चों पर गुस्सा और चींख व पुकार आप की उलझनों को कम या परेशानियों को ख़त्म नहीं कर सकता। अगर आप चाहते हैं कि आप का घर ऐसा हो जहाँ खुशियों और मसरतों का राज हो, जहाँ आप का इस्तेक्रबाल मसरतों के साथ किया जाए, आपको हाथों हाथ लिया जाए तो बराए मेहरबानी आज ही से अपना लेहजा नर्म बनाइए अपनी ज़बान मीठी बना लीजिए।
  - याद रखिए ! मुसलसल नाकामियों और परेशानियों के बाद भी अपने मिज़ाज में चिडचिडापन और अपने लेहजे में सख़्ती ना आने दीजिए। और अपने मातहतों के लिए अपने लेहजे को पुर सुकून और संजीदा रखिए। हालात तो इन्सान पर आते ही हैं किसी फारसी शाएर ने क्या अच्छी बात कही है :  

“दर ई दुनिया कसे बेग़म ना बाशद”  
 “व गर बाशद बनी आदम ना बाशद”

 यानी दुनिया में कौन है जो हालात से दो चार नहीं है, अगर ग़म व परेशानियाँ ना हो तो फिर वो कोई और मख़लूक़ होगा, आदम अलै. की औलाद नहीं होगा। इसलिए हालात से दो चार होकर लेहजे में तब्दीली पैदा कर लेना तो सितम बालाए सितम है।
  - तकरार की नौबत ना आने दीजिए और अगर नफ़्स व शैतान ऐसा माहोल पैदा कर ही दें तो बहस करने और दलील देने के बजाये समझाने का अंदाज़ इख़तेयार कीजिए।  
 जो बात भी कहनी या समझानी हो नरमी से कहिए, नसीहत करने लेहजे में कहिए, वही शौहर कामियाब है जो अपनी बीवी के दिल में ये बात उतार दे ये बात मैं ताना देने के लिए नहीं ..... घर की इस्लाह के लिए कह रहा हूँ और याद रखिए कि दाई के लिए हमदर्दी ..... खैरख्वाही ..... और बर्दाश्त बहुत अहम् चीज़ है। (मुस्तफ़ाद अज़ तोहफ़ए दुल्हा )



## शौहर के लिए कुछ कीमती बातें

खानगी जिन्दगी को खुशगवार बनाने के सिलसिले में नफिसय्यात के माहिरीन ने चन्द उसूल लिखे हैं, जिन पर अमल करना घरेलू जिन्दगी को खुशगवार बनाने में निहायत मुफीद और मुजर्रब है। घर के माहोल को खुशगवार बनाए रखने वाले शौहर को ऐसा करना चाहिए कि :

- कभी कभी किसी खूशी या तक्ररीब के मौके पर अपनी अहलिया के लिए कोई तोहफा या ऐसी चीज पेश करें जिसकी उसे उम्मीद ना थी।
- बीवी पर दूसरों के सामने नुकताचीनी करने से परहेज करें।
- खानगी ज़रूरत के अलावा कुछ रूपए बीवी को दे दिया करें जिसको वो अपनी मर्जी के मुताबिक खर्च करे, उन पैसों का आप हिसाब ना लें।
- औरतों की तबीअत और उनके मिजाज में हर लम्हे तब्दीली होती रहती है। बाज़ औक्रात वो थकी होती हैं, बाज़ मर्तबा वो गुस्से में या किसी और निस्वानी कमज़ोरी से असर अंदाज़ होती है; उन औक्रात के एतेबार से उनके मिजाज को समझने की कोशिश करें।
- अपनी तफ़रीह का कम से कम आधा हिस्सा अपनी बीवी के साथ गुज़ारने की कोशिश करें।
- अपनी बीवी के पकवान के मुक़ाबले में किसी और घर के पकवान की खूबी बयान करने से परहेज करें।
- उसके पसंदीदा मौजूअ और जायज़ गुफ्तगू में दिल चस्पी के साथ उसका साथ दें।
- उसे अपने महरम रिश्तेदारों से, कभी कभी मुलाक़ात के लिए जाने की खुले दिल से इजाज़त दें। (शर्त ये है कि मस्लेहत के खिलाफ़ ना हो)
- बीवी की तारीफ़ करने के लिए मोक्के की तलाश में रहें।
- रोज़मर्रा की ज़रा ज़रासी खिदमत पर उसका शुक्रिया अदा करते रहें। मसलन एक ग्लास पानी दिया, कभी कपड़े में बटन टांक दिया या किसी भी छोटी बड़ी खिदमत के वक़्त उसको “जज़ाकिल्लाह ख़ैरा” या “बहुत बहुत शुक्रिया” के अल्फ़ाज़ अदा करें या उसके हाथों का बोसा लें।
- उसके मयके या रिश्तेदारों के सिलसिले में किसी क्रिस्म का ऐसा तब्सिरा करने से परहेज करें जिस से उसको तकलीफ़ हो।

### कामयाब बीवी की सिफात

घरेलू माहौल को पुरसुकून बनाने और मियाँ बीवी के गम व गुस्से से नजात पाने के लिए ऊपर जो बातें लिखी गई हैं वो सिर्फ शोहरों के लिए हैं, जिनमे मर्दों को उनकी तरफ से पेश आनेवाली ऐसी कोताहियों की तरफ तबज्जोह दिलाई गयी है, जिसकी रिआयत ना करने की वजह से शौहर हजरात खुद भी गुस्से में मुब्तला रहते हैं और उस गुस्से के नतीजे में घर का पूरा माहौल बे चैनी में मुब्तला हो जाता है। ताहम किसी घर को सुकून व राहत से आरास्ता करने के लिए शौहर के आला अख्लाक वाला होने के साथ साथ बीवी को भी आला सिफात से आरास्ता होना जरूरी है। इसलिए उन सिफात को भी मुख्तसर तौर पर बयान किया जाता है जो मिसाली बीवी के लिए जरूरी हैं। इस्लामी तालीमात की रौशनी में मिसाली औरत वो होती हैं :

- जो मर्द का मिजाज समझने वाली और उसके मुताबिक खुद को ढालने वाली हो।
  - शौहर के जाएज मुतालबात और उसकी ख्वाहिशात का एहतेराम करनेवाली हो।
  - मेहनत और खिदमत के जरिए घरवालों का दिल जीतने वाली हों।
  - जिसका बनाव सिंगार अपने शौहर के लिए हो।
  - अपने बनाव सिंगार और मीठी बातों से शौहर को अपनी तरफ खींचने करनेवाली हो।
  - तकलीफ व आजमाइश में सब्र, और खुशहाली में शुक्र करने वाली हो।
  - शौहर के घर की तकलीफ का तज्केरा मयके में किसी से ना करे।
  - बच्चों की तर्बियत में खुशअख्लाकी और नफिसय्यात की रिआयत करती हो।
  - सास, नन्द और शौहर के तानों के जवाब में अपने मुंह में ताला लगाने वाली हो।
  - खुदा का हक अदा करने के बहाने शौहर हा हक ज़ाया ना करे।
  - जो हर काम में बेहतर से बेहतर तरीका अपनाए।
  - जिसके मुतालबात जाएज और दुरुस्त हों।
  - जो नफासत पसंद हो।
  - एहसान जतलाने वाली ना हो।
- घरेलू खवातीन इन उसूलों को सामने रखें और फिर देखें कि जिन्दगी कैसे पुरलुत्फ और मज़ेदार बन जाती है।

## बीवियों के लिए नसीहत

घरेलू ज़िन्दगी को खुशगवार बनाने के लिए औरतों को दर्जे ज़ैल हिदायात पर अमल करना चाहिए:

- शौहर के कारोबार, सफ़र और औकात के सिलसिले में नुक्ताचीनी करने से परहेज़ करे।
- इस बात की कोशिश करे कि घर शौहर के लिए हर वक़्त दिलकश और पुरकशिश बना रहे।
- इस बात की भी कोशिश करती रहो की तुम खाने में रोज़ाना ऐसी तब्दीली करो कि शौहर को मालूम ना हो सके कि आज कौनसा खाना सामने आएगा।
- ऐसा हो सके तो बहुत अच्छा है कि शौहर के कारोबारी मामलात को किसी हद तक समझ लें; ताके उलझन के वक़्त में कुछ सहीह मशवरा ही दे सकें।
- माली मुशकलात का खुशदिली से मुक़ाबला करने की कोशिश करें, ना ये कि अपने शौहर की शलतियों पर नुक्ताचीनी करें और उसका तक्राबुल दूसरे कामियाब कारोबारी लोगों से करें।
- अपने कपड़े पहनने में अपने शौहर की खुशी का लिहाज़ रखें।
- इस बात का हमेशा खयाल रखे कि आप के मुतालबात शौहर पर बोझ ना बनने पाएं।
- कोशिश करें के आपसी झगड़े से बचने के वास्ते, मियाँ बीबी की राय में जो इख़तेलाफ़ है उसको खुद ही दर कर लें।
- इस बात की भी कोशिश करती रहें कि शौहर की माँ और उसके दूसरे रिश्तेदार से तअल्लुकात बेहतर बने रहें।
- शौहर के दिमागी शौक़ को पुर करने के लिए कुछ तफ़रीही बातें या काम करती रहा करें।
- मियाँ बीबी के रिश्ते की दुरुस्ती और मजबूती के लिए सदक़ा और दुआएं करती रहें।

मज़क़ूर हिदायात की रौशनी में बीवियां अपना मुहासबा करें और कमियों को दूर करने की कोशिश करें तो इन शाअल्लाह तआला घरेलू बहुत सारे मसाइल पर आसानी से क़ाबू पाया जा सकता है।



### बीवियों के लिए चंद ज़रूरी बातें

घरेलू ज़िन्दगी को राहत व सुकून वाला बनाने में बीवी का किरदार बहुत अहम् है। मस्तूरात की ज़िन्दगी में कुछ बातें बज़ाहिर बहुत मामूली होती हैं ; मगर समझदार बीवियां इन बातों को खूब महसूस करती हैं और अमली ज़िन्दगी में उनको नज़र अंदाज़ नहीं करती, जिसका फाएदा वो खुद उठाती हैं और उसके बेहतर असरात पूरे घराने में महसूस किए जाते हैं।

चुनांचे जो औरत ये चाहती हो के उसका घर चैन व सुकून का गहवारा बना रहे उसको चाहिए कि वो अपने शौहर से मुहब्बत का इज़हार करने में कोताही और सुस्ती से काम ना लें, अपनी बातों से, अदाओं से ऐसा ज़ाहिर करे कि शौहर के दिल की गहराई में ये बात बैठ जाए कि अगर दुनिया में उसके लिए प्यार व मुहब्बत निछावर करनेवाला कोई है तो सिर्फ़ उसकी बीवी है। मुहब्बत के इज़हार के लिए मौक़े की तलाश में रहें और जब भी मौक़ा मिले उसका खूब फायदा उठाएं।

आम तौर से ऐसा होता है कि सुबह को नहा धो लेने के बाद, घर के कामों में और बच्चों के नाज़ नख़रे झेलते हुए शाम तक बदन और कपड़ों की हालत ख़राब हो जाती है। दूसरी तरफ़ घर से बाहर का माहोल आम तौर से ऐसा होता है, जहाँ फैशन परस्ती और हुस्न के इज़हार का माहौल होता है। ऐसे माहौल के बाद शौहर जब अपने घर पहुँचता है तो उसको अपनी अहलिया की ज़ाहिरी हालत और उसकी शक़ल व सूरत ऐसी महसूस होती है कि शायद पूरे दिन ऐसी बुरी हालत और ऐसा बेरौनक़ चेहरा किसी दूसरी औरत का नज़र ना आया हो। चुनांचे इस बात का असर, शौहर के दिल व दिमाग़ पर होता ही है। वो ज़बान से कहे या ना कहे, किसी ना किसी तरह वो ज़ाहिर होकर रहता है। उसके दिलमे ये बात बैठ जाती है कि शायद उसकी बीवी उसकी तरफ़ से बिल्कुल गाफ़िल रहती है, उसके जज़्बात का बिल्कुल खयाल नहीं रखती। इसलिए समझदार बीवियों को चाहिए के शाम को शौहर के घर आने से पहले ऐसी चीज़ें बनाकर फारिग़ हो जाएं जिनके पकाने में ज़्यादा देर लगती है और देर तक चूल्हे के पास रहने की वजह से पसीना आ जाता है। उन कामों से फारिग़ होकर गुस्ल कर लें, सुबह की बजाए शाम को कपड़े तब्दील करें, और संवर जायें बच्चों को भी साफ़ सुथरा करें, तेल काजल से आरास्ता करें, जो ही शौहर के आने की आहट पाएं खुद आगे बढ़कर दरवाज़ा खोलें, मुस्कुराकर सलाम करें, मुहब्बत से शौहर के गले में हाथ डाल दें, एक दो बोल मुहब्बत के बोलने के बाद फ़ौरन उसके

हाथों से बैग या थैली वगैरा ले लें। कपड़े तब्दील कराने में उसकी मदद करें, और इस दौरान भी दिल्लगी और हँसी मजाक के मौके को हाथ से ना जाने दें। इन बातों को मामूली ना समझें, और शर्म व हया के बहाने से घरेलू मुहब्बत के इन उसूलों से नाफिल ना रहें, ये बातें शर्म व हया की नहीं हैं; बल्के घर में मुहब्बत की फ़िज़ा को बहाल करने की बातें हैं, जो सौ फीसद दीन हैं। इसी तरह सुबह को शौहर के आफिस या काम पर जाते वक़्त भी इस बात का ज़रूर खयाल रखे के घर से निकलते वक़्त उसके ज़ेहन में कई तरह के काम होते हैं। वक़्त पर पहुंचना ज़रूरी होता है, ऐसे वक़्त में अगर कोई काम वक़्त पर तयार ना मिले मसलन नाश्ता, कपड़े वगैरा तो शौहर को इस ताखीर की वजह से ऐसी झुन्ज़लाहट और तकलीफ होती है के पूरे दिन उसका असर उसके ज़ेहनो दिमाग़ पर बाक़ी रहता है। इसलिए समझदार औरतों को इन औकात की नज़ाकत को ज़ेहन में रखना इन्तेहाई ज़रूरी है और घर के दूसरे कामों को कुछ आगे पीछे करके उस वक़्त शौहर के कपड़े और टिफिन वगैरा की तयारी वक़्त पर कर देना चाहिए, और तयारी अधूरी नहीं; बल्के मुकम्मल होनी चाहिए, मसलन कपड़े की तयारी में ऐसा ना हो के सारे कपड़े तो साफ़ हैं, मगर टोपी साफ़ नहीं हो सकी, दूसरे सारे कपड़े तो दुरुस्त है सिर्फ़ मोजा साफ़ होने से रह गया ..... ऐसा होने से सब कुछ होने के बावजूद भी ..... ऐसा होता है कि कुछ भी नहीं हुवा और शौहर घर से ख़ुशी के मूड में निकलने की बजाए गुस्से और नाख़ुशी के माहौल में निकलता है। शौहर जब तक घर से काम के लिए ना निकल जाए उसके तज़ावुन में पूरी तरह लगी रहें। नीज़ इस बात का भी पूरा खयाल रखे कि शौहर के जल्दी जल्दी घर से निकलने में ज़रूरत की कोई चीज़ मसलन कुंजी, मोबाइल, पर्स, रूमाल मिस्वाक वगैरा ना छूट जाए।

इसी तरह खाना और टिफिन की तयारी में छोटी छोटी बातों को नज़र अंदाज़ ना करें, मसलन खाने में किसी दिन कोई गीली चीज़ हो तो उसके साथ छोटी चमची भी रख दें, कभी हलवा रखा तो एक चमचे की बजाए दो तीन चमचे रख दें, ताके शौहर के दूसरे साथी भी शरीक हों तो उनको भी अलग चमची मिल जाए। खाने के साथ नमक वगैरा की डिब्बी रख दिया करें, ऐसी और भी छोटी छोटी बातें हैं जिनका खयाल रखना शौहर के दिल में और मुहब्बत बढ़ाने में अहम् केरदार अदा करती हैं।

### घरेलू जिंदगी को खुशगवार रखने के आठ उसूल

१ एक दुसरे के किसी काम पर नुक्रताचीनी ना करें।

- २ मिज़ाज के खिलाफ़ बातों पर फ़ौरन टोकने से परहेज़ करें।
  - ३ मियाँ बीवी दोनों इस बात का खयाल रखें के एक दूसरे को गुस्सा ना दिलाएं।
  - ४ एक दूसरे के मामूली कामों और खिदमत की दिल से कद्र करें।
  - ५ खवातीन हस्सास और मर्द खुद्दार होते हैं ;दोनों एक दुसरे के मिज़ाज का इस सिलसिले में खयाल रखें।
  - ६ हर मामले में खुशअख्लाक़ी बरतें।
  - ७ मियाँ बीवी कि घरेलु जिन्दगी को बेहतर बनाने वाली किताब का मुतालाआ किया करें।
  ८. दुआ और सदक़े का एहतेमाम करें।
- “रब्बना हब लना मिन अज़्वाजिना व ज़ुर्रियातिना कुर्रत अअ्युनि व्वज्अल्ना लिल्मुत्तकीन इमामा”ये दुआ करते रहना बहुत मुफीद है।

### मुदर्सीन का गुस्सा ..... तलबा पर

घरेलू जिंदगी में बेजा गुस्से के नताएज किस कद्र तबाहकुन और खतरनाक हैं, मगर इसके बावजूद हमारा मुआशरा इस मर्ज में जिस कद्र फंसा हुवा है ;उसका अंदाज़ा आपको ऊपर के सफ़हात से बखूबी हो चुका है।

रहा मुदर्सीन का तलबा पर गुस्सा करने का मसअला तो शायद मदरसा अवर मकतब में पढ़ने वालों को ये एहसास ना हो ;लेकिन इस बात में किसी शुबहा की गुंजाइश नहीं कि मुसलमानों का एक बड़ा तबक्का अपने बच्चों को हिफ़जे कुरआन और दीनी तालीम के लिए मदरसों में सिर्फ़ इसलिए नहीं भेजता के वहाँ उनके बच्चों को पढ़ाने वालों के ज़ुल्म व ज़्यादती का निशाना बनना पड़ता है और तर्बियत के नाम पर उन्हें ऐसी ऐसी सज़ाएं दी जाती है जो शरीअत बल्के इंसानियत के भी खिलाफ़ हैं।

वहाँ ये भी होता है के पढ़ने वाले जुर्म और सज़ा में बराबरी नहीं रखते यानी मामूली गलतियों पर सख़्त सज़ाएं दी जाती हैं ।

और ऐसा भी होता है के गलती कोई एक करे और सज़ा पूरी क्लास या कमरे के तलबा को दी जाती हैं।

और ये भी मुम्कीन है के गलती कोई और करे ;और शुबहा की बुनियाद पर सज़ा का मुस्तहिक्क कोई और ठहरे।

और ये भी होता है के गुस्सा कहीं और का हो और नज़ला किसी और पर गिरे।

और ये भी ना मुम्कीन नही के तलबा पर रोब और दबदबा क़ायम करने के लिए उन्हें भीगी बिल्ली बनाकर रखा जाए वगैरह वगैरह।



और ये बच्चे जो मज़कूरा वुजूहात की वजह से दीनी तालीम से महरूम रह जाते हैं ;उनमे से अक्सर वो होते हैं जो शरीफ या अच्छे घरानों से तअल्लुक रखते हैं, जिनका दीनी हासिल करना, क़ौम व मिल्लत के लिए ज़्यादा मुफ़ीद होता और अगर वो बच्चे दीनी तालीम से आरास्ता हो जाते तो मुआशरे से बुराइयां दूर करने का ज़्यादा बेहतर सबब बनते।

और ऐसे तलबा भी बे शुमार मिलेंगे जो पढ़ाने वालों की सख्ती और पिटाई के सबब हिफ्जे कुरान न और दीनी तालीम से भाग खड़े होते हैं, और फिर पूरी ज़िन्दगी बे दीनी के साथ साथ; बेरोज़गारी और घरेलू परेशानियों से दो चार रहते हैं। वालिदैन उन्हें दीनी तालीम के लिए मदरसा भेजते हैं और वो वहाँ की सख्तियों से घबराकर कहीं और चले जाते हैं, वो जानते हैं के वालिदैन उन्हें घर पर रहने नहीं देंगे, और मदरसे की पिटाई बंद होनेवाली नहीं, इसलिए वो कोई और क़दम उठाने पर मजबूर हो जाते हैं। ऐसे कई बच्चों को मैंने मज़दूरी करते हुए बल्के जूतों पर पॉलिश करते हुए देखा है।

मदारिस और मकातिब में ऐसी सज़ायें देने की जो वबा आम हो गई है वो कहाँ तक दुरुस्त हैं और शरअ उसकी कितनी इजाज़त है। इस सिलसिले में हज़रत थानवी रह. फरमाते है कि आज कल ये जो बे तहाशा मारने का रिवाज है, ये किसी तरह भी जाएज़ नहीं, जैसा कि हमारे यहाँ क़ुरआने करीम के मक्तबों में मार कटाई का रिवाज है, बाज़ उस्ताज़ एक पर खफा हुए तो बस अब दर्स खत्म होने तक सब पर बरसते ही रहते है या दो चार बच्चों को शरारत करते हुए देख लिया तो एक तरफ से सब की पिटाई शुरू कर देते हैं। अगर किसी तालिबे इल्म पर किसी ग़लती और कोताही की वजह से गुस्सा आए तो उसका असर दूसरे तलबा पर हरगिज़ ना होना चाहिए।

और बाज़ औक्रात इस मारपिटाई में खून निकल आता है, ज़ख्म हो जाता है या निशान पड़ जाता है। ये अमल इतना बड़ा गुनाह है कि मुझे समझ में नहीं आता कि इस गुनाह के माफ़ी की शक़्ल क्या होगी ? इसलिए कि सज़ा में ज़्यादती करनेवाला उस गुनाह की माफ़ी किस से मांगे ? अगर उस बच्चे से मांगे तो वो नाबालिग़ बच्चा माफ़ करने का अहल नहीं है, इसलिए कि अगर नाबालिग़ बच्चा माफ़ भी कर दे तो शरअ उसकी माफ़ी का एतेबार नहीं। चुनांचे उसके माफ़ी का कोई रास्ता समझ में नहीं आता। (इस्लाहे इन्क़िलाबे उम्मत)

मदारिस जो दीन के क़िले हैं और इस बात में किसी शुबहा की गुंजाइश नहीं कि आज भी दीन का वुजूद और उसके बक्का का सबब मदारिसे इस्लामिया ही हैं ;वहाँ तर्बियत और अदब सिखाने के नाम पर अहकामे शरीअत को इस क़दर पामाल करना सिर्फ और सिर्फ गुस्से पर क़ाबू ना पाने की वजह से है। अगर ग़ौर केया जाए तो गुस्सा ही वो

बुरी सिफ़त है जो इन तमाम बे एतेदालियों और क्रौम व मिल्लत के ज़बरदस्त खुसरान का सबब बन रहा है। और मुदर्रिसीन के लिए आखिरत के नुक़सान का हाल तो अल्लाह ही को मालूम है।  
याद रहे कि क़यामत में अदूल व इन्साफ़ के तराजू काएँ किए जाएंगे, और पूरे पूरे इन्साफ़ के साथ हर चीज़ का हिसाब व किताब होगा।

### सज़ा में कितना मार सकते हैं

रहा ये सुवाल के तालीम व तर्बियत में सख़्ती और तादीब की ज़रूरत तो पड़ती है, उसकी क्या सूरत हो? तो इस सिलसिले में हज़रत थानवी रह. का ही की बात सुनये, वो फ़र्माते हैं कि “ये असातिज़ा या माँ बाप बच्चों की ग़लतियों पर जिस क़द्र चाहते हैं उनको सज़ा देते हैं और ये समझते हैं के उनकी तर्बियत हमारे ज़िम्मे हैं इसलिए जिस क़द्र चाहे सज़ा दें ये हमारा पैदाइशी हक़ है, दरअसल ये कम इल्मी है।  
तालीम व तर्बियत में सज़ा और और अदब सिखाने की ज़रूरत तो पड़ती है, और शरीअत में उसकी इजाज़त भी है; मगर उसी क़द्र इजाज़त है जो परवरिश और तर्बियत में मदद गार हो। ना के इतनी सज़ा दी जाए जो सख़्त तक्लीफ़ और मुसीबत के दर्जे तक पहुँच जाए। ऐसी सज़ा गुनाह होने के साथ साथ; इन्सानियत और फ़ितरत के भी ख़िलाफ़ है। (अत्तब्लीग़)  
ज़र्बे फ़ाहिश (सख़्त मारने) से फ़ुक़हा ने सराहतन मना फ़र्माया है और मार से बदन पर निशान पड़ जाए उसको भी फ़ुक़हा ने ज़र्बे फ़ाहिश (सख़्त मार) में दाख़िल किया है। और शामी में है कि जिस मार से हड्डी टूट जाए या ख़ाल फट जाए वो बड़े दर्जे कि “ज़र्बे फ़ाहिश” है। जिसकी वजह से खुद उस्ताज़ को तअज़ीर (शरई सज़ा) दी जाएगी। (इस्लाहे इन्क़िलाबे उम्मत)  
नीज़ ये भी फ़र्माते हैं कि ये बात समझ लेनी चाहिए कि उस्ताज़ के लिए या माँ बाप के लिए बच्चे को इस हद तक मारना जाएज़ है जिससे बच्चे के जिस्म पर मार का निशान ना पड़े।

### गुरसे के वक़्त सज़ा देने का तरीक़ा.

इस सिलसिले में हकीमुल उम्मत हज़रत थानवी रह. ने एक अजीब नुस्खा बताया है और ऐसा नुस्खा वही बता सकते थे। फ़र्माते हैं कि जब कभी औलाद को या पढ़ने वाले तलबा को मारने की ज़रूरत महसूस हो या उसपर गुस्सा करने की ज़रूरत हो तो

जिस वक़्त गुस्सा आ रहा हो उस वक़्त ना मारो, बल्के बाद में जब गुस्सा ठंडा हो जाए तो उस वक़्त बनावटी गुस्सा पैदा करके मार लो। इसलिए के अगर तबई गुस्से के वक़्त मारोगे या गुस्सा करोगे तो फिर हृद पर काएम नहीं रहोगे; बल्के हृद से आगे बढ़ जाओगे। और चूँके मारने की भी ज़रूरत है इसलिए बनावटी गुस्सा पैदा करके मार लो ताके असल मक्सद भी हासिल हो जाए और हृद से गुज़रना भी ना पड़े। और फर्माया करते थे कि मैंने सारी उमर इसपर अमल किया कि तबई गुस्से के वक़्त ना किसी को मारा ना डांटा फिर जब गुस्सा ठंडा हो जाता तो उसको बुलाकर बनावटी क्रिस्म का गुस्सा पैदा करके वो मक्सद हासिल कर लेता। ताके शरीअत की हद से ज़्यादा ना हो जाए; क्योंकि गुस्सा एक ऐसी चीज़ है कि उसमे इन्सान अक्सर हुदूद पर काएम नहीं रहता।

### ज़ुल्म व ज़्यादती की तलाफी (भरपाई) कैसे करें

हज़रत हकीमुल उम्मत रह. फरमाते है कि अगर किसी से ज़ुल्म ज़्यादती हो गई हो और वो अपनी ज़्यादती की तलाफी करना चाहे तो उसकी तदबीर ये है कि सज़ा के बाद बच्चों के साथ शफ़क़त करे। और जिस पर ज़्यादती की है उसके साथ एहसान करे यहाँ तक के वो ख़ूश हो जाए। जैसे मेरठ के एक रईस ने एक नोकर को तमांचा मार दिया था। फिर उसको अपनी ग़लती की ख़बर हुई तो उसको एक रुपया दिया। फिर दुसरे नोकर से कहा के उससे पूछना अब क्या हाल है। कहने लगा मैं तो दुआ कर रहा हूँ कि एक तमांचा रोज़ लग जाया करे ताके एक रूपए की कमाई हो जाए। बस ये तरीका तलाफी का बहुत अच्छा है कि इससे बच्चों के अख़लाक़ पर असर ना होगा, और ज़ुल्म का इलाज भी हो जाएगा। और जब उस्ताज़ साहब का एक दो दफ़ा करने में पैसा खर्च होगा तो आइन्दा खुद भी ज़रा संभल कर मारा करेंगे। (मुस्तफ़ाद अज़ अत्तब्ली!)

### पढ़ानेवालों से एक दरख़्वास्त

सूर ए रहमान की शरू की आयतों में जो मज़मून बयान किया गया है उसका खुलासा ये है कि “वो अल्लाह बहुत ही मेहरबान है जिस ने क़ुरआन सिखाया” इस तर्ज़े बयान से ये बात वाज़ेह हो जाती है कि दीनी तालीम बिल्खुसूस तालीमे क़ुरआन में तलबा के साथ नरमी और मेहरबानी का मामला करना गोया उस अख़लाक़ को इख़्तियार करना है जो अल्लाह को महबूब और पसंदीदा है, और जो खुद अल्लाह तआला ने



अपने लिए पसंद फरमाया है। नीज़ असातिजा ए किराम के लिए भी इसमें ये इशारा मौजूद है कि वो तालीम व तर्बियत के मामले में तलबा पर सख्ती करने की बजाए मेहरबानी और शफ़क़त का मामला फरमाए। और तजरबे से भी ये बात साबित है कि तालीम व तर्बियत के मामले में बेजा गुस्से का इज़हार और सख्ती से ज़्यादा शफ़क़त व ख़ैरख्वाही का अंदाज़ मुअस्सिर होता है, ख़ैरख्वाही के जज़्बे में डूबे हुए, प्यार व मुहब्बत के मीठे बोल में वो कुव्वत और तासीर होती है जो बसा औक्रात डांट और डंडे से हासिल नहीं हो सकती। इसलिए उलमा ने लिखा है कि

- असातिजा को तलबा पर ऐसा ही शफ़ीक़ और मेहरबान होना चाहिए जैसे मेहरबान बाप अपनी औलाद पर शफ़ीक़ होता है। शफ़क़त के साथ साथ मुनासिब सज़ा देने की भी शरीअत में इजाज़त है लेकिन हुदूद की रिआयत निहायत ज़रूरी है। इस सिलसिले में दर्जे ज़ैल उम्र पेशे नज़र रहें:
- ये ख़याल रखें कि मैं और ये तालिबे इल्म दोनों अल्लाह तआला की मख़्लूक और मम्लूक हैं, हम दोनों अल्लाह तआला के हुक्म के ताबेअ हैं।
- हमेशा इस बात का ख़याल रखा जाए कि जितना इस बच्चे को सज़ा देने पर मैं क़ादिर हूँ अल्लाह तआला मुझे सज़ा देने पर इससे ज़्यादा क़ादिर है, और जितना ये मेरा कुसूरवार है मैं अल्लाह तआला का उससे ज़्यादा कुसूरवार और नाफरमान हूँ।
- उस्ताज़ को ये ख़याल होता है कि हम शागिर्द के कुसूर की बिना पर सज़ा दें हैं, लिहाज़ा सज़ा देना दुरुस्त है, उसपर मुआख़ज़ा ना होगा। वाज़ेह रहें कि शरीअत में हर काम की हद मुतअय्यन है, उससे तजावुज़ करना किसी भी हाल में दुरुस्त नहीं। अल्लाह तआला के यहाँ भी उसी के लिए अद्ल कायम किया जाएगा, कुसूर और सज़ा दोनों क़यामत के दिन वज़न किए जाएंगे। सज़ा ज़्यादा हुई तो उसके इवज़ में बदला लिया जाएगा।
- एक सहाबी ने अर्ज़ किया या रसूलुल्लाह ! मेरे गुलाम हैं, वो मेरे माल में ख़यानत भी करते हैं और झूट भी बोलते हैं, मैं उनको बुरा भला कहता हूँ और सज़ा भी देता हूँ; मेरा और उनका मामला क़यामत में क्या होगा ?
- नबी सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया जुर्म और सज़ा दोनों का हिसाब होगा, अगर जुर्म ज़्यादा हुवा तो तुम्हारे गुलाम मज़ीद उख़रवी सज़ा के मुस्तहिक्क होंगे और बराबर बराबर हुवा तो तुझे ना कोई नफा ना नुक़सान। अगर तेरी सज़ा जुर्म से ज़्यादा साबित हुई तो तुझसे बदला लिया जाएगा। ये सुनकर उन सहाबी की चींखें निकल गईं। इसपर रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने इर्शाद फर्माया के क्या तुम ने ये आयत

“व तज्जडल मवाजीनल क्रिस्त लियौमिल क्रियामति फला तुज्जलमु नप्पुं  
शैआ”

- इसपर सहाबी ने अर्ज किया या रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ! आप गवाह रहिए ! मेरी तरफ से ये सब गुलाम आजाद हैं। (तिर्मिजी )
- इस हदीसे पाक से मालूम हो गया कि पढ़ने वाले उस्ताज शागिर्द के कुसूर के बावजूद भी सजा देने में आजाद नहीं हैं ; बल्के हर जगह शरीअत के पाबन्द हैं।
- कभी गुस्सा शफ़क़त की ज़्यादाती की वजह से होता है, इसमें एहतियात की ज़रूरत है, दूसरे पर शफ़क़त के बदले अपने लिए जहन्नम ना खरीदें।
- गुस्से में शैतानी असरात का दख़ल होता है, गुस्से में सज़ा देने को अपना हक़ या कमाल ना समझे बल्के एक मर्ज़ तसव्वुर करते हुए उसके मुआलजे की तदाबीर करें। अगर अपना हक़ समझ लिया तो सारी उमर इस्लाह की नौबत नहीं आएगी।

- शागिर्दों की नफिसय्यात को समझकर उनके साथ उसी के मुताबिक मामला करना चाहिए। नीज तलबा की कोताहियों का सबब मालूम करके उसको दूर करने की कोशिश करनी चाहिए।

- अक़ाबिर की तालीमात की रौशनी में अपने ऐब और बुराई जैसे तकब्बुर की बिमारी, हसद, गुस्सा, दुनिया की मोहब्बत वगैरा की इस्लाह के लिए किसी शौखे कामिल (पीर व मुर्शिद) से अपना इस्लाही तअल्ल्लुक जोड़ना जरूरी है। हमारे अक़ाबिर अल्हम्दुलिल्लाह इस सिलसिले में बैअत व इर्शाद से जडे हवे और पाए के औलियाए में से थे।

- अगर एक वक्त्र में सज़ा दें तो दूसरे वक्त्र में मुनासिब तरीक़े से उसे राज़ी करके आखिरत का मामला साफ़ कर लें। और निगरां साहिबान सोचे के हम निगरानी कर रहें हैं तो हमारी भी बड़ी सख़्त और कड़ी निगरानी हो रही है।

“इन्न् अलैकुम लहाफ़िज़ीन किरामन् कातिबीन यज़्लमून् मा तफ़्ज़लून्”  
बिला शुबा तुम्हारे ऊपर निगेहबान फ़रिश्ते किरामन कातिबीन मूतअय्यन  
हैं जो कुछ तुम करते हो उसे लिख लेते हैं। (मुस्तफ़ाद अज़ तोहफ़ा ए

मुअल्लिम)

गुस्सा चूँके अक्सर मातहतों पर ही किया जाता है, नीज़ शौहर और मुदर्रिसीन के गुस्से के दीनी और दुन्यवी नताइज बे हद संगीन हैं इसलिए उनके अस्बाब और इलाज अलग अलग बयान कर दिए गए हैं। अब गुस्से की सही जगह बयान किया जाता है कि गुस्से का इस्तेमाल कहाँ होना चाहिए।

### फिर गुस्सा कहाँ करे

मिजाज के बातों पर गुस्सा आ जाना, इन्सान की एक फ़ितरी सिफ़त है जिस पर क़ाबू पाना मुजाहदा है, और अल्लाह पाक का इर्शाद है :

**“वल्लज़ीन जाहद फ़ीना लनह्दिदयन्नहुम सुबुलना”**

**तर्जमा :** जो लोग हमारी राह में मुजाहदा करते हैं, हम उन्हें अपने रास्ते की ज़रूर हिदायत करेंगे। इससे साबित हो गया कि तबीअत के ख़ेलफ़ बातों पर गुस्से को रोकना हिदायत का यक़ीनी सबब है। इसके साथ साथ ये हक़ीक़त भी नज़र के सामने रहनी चाहिए कि जिस तरह बे जा गुस्से पर सब्र करना शरीअत में पसंदीदा और सबबे हिदायत है इसी तरह बर महल गुस्सा करना भी पसंदीदा और सबबे हिदायत है। मगर सुवाल ये पैदा होता है कि “बरमहल गुस्से” से क्या मुराद है ? बरमहल गुस्से से एक तो वो जगह मुराद है जहाँ इन्सान अपने जान व माल और इज़्ज़त व आबरू की हिफ़ाज़त के लिए गुस्सा करता है, जैसा कि किताब की शुरू में बयान हो चुका है। यहाँ भी गुस्सा करना बेहतर और ज़रूरी है। बरमहल गुस्से का दूसरा मक़ाम नफ़्स व शैतान है जिनके ख़िलाफ़ गुस्सा करना भी गुस्से का बरमहल इस्तेमाल है। और अल्लाह सुब्हानहु तआला ने इस गुस्से की बहुत बड़ी निअ्मत को इसी वास्ते दिया है कि उनके ख़िलाफ़ गुस्सा किया जाए। चुनांचे अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम की पूरी हयाते तय्यिबा में अपनी ज़ात के लिए गुस्सा करना एक मर्तबा भी साबित नहीं। लेकिन दीन के मामले में मामूली बातों पर अल्लाह के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम का चेहरा गुस्से की वजह से ऐसा सुख़्ख़ हो जाता था गोया कि सुख़्ख़ अनार के दाने आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम के चेहरे पर निचोड़ दिए गए हो।

नीज़ सहाबा ए किराम और बुज़ुर्ग़ाने इज़ाम ने हमेशा ऐसा किया के अपनी ज़ात के लिए गुस्सा करने की बजाए हमेशा नफ़्स व शैतान के ख़िलाफ़ गुस्सा किया। हमेशा अपना मुहासबा करते रहें और जब अहक़ामे इलाही को पूरा करने में कोई कोताही या



कमी महसूस हुई तो बगैर किसी मुहलत के नफ्स पर गुस्सा करके उसको डांटा और उसकी तादीब फरमाई। चुनांचे इमामे गजाली रह. फरमाते है : जब आदमी अपने नफ्स का हिसाब ले और इर्तेकाबे गुनाह और कुसूर से सालिम ना हो और अल्लाह तआला के हुक्क में उससे से सुस्ती साबित हो तो चाहिए के नफ्स को बिल्कुल मुहलत ना दे। इसलिए के मुहलत देगा तो गुनाहों का करना उसपर आसान हो जाएगा और गुनाहों से उसको ऐसा मुहब्बत होगी के उससे रुकना मुश्किल होगा फिर यही चीज उसकी तबाही और बर्बादी का सबब बन जाएगी; बल्के यूँ चाहिए कि ऐसी सूरत में उसको सजा दे, मसलन अगर तबीअत के तक्राजे की वजह से कोई लुक़्मा शुबहे का खाले तो पेट की भूक की सजा दे और ग़ैर महरम को देखा हो तो आँखों को ये सजा दे कि उसको कुछ ना देखने दे। इसी तरह हर उज़्व (बदन के हर हर हिस्से)की सजा यही दे कि जिस चीज की तरफ उसकी रबत हो उससे उसको रोक दे, अल्लाह पाक की मुहब्बत पाने की कोशिस करने वालों का दस्तूर यही था।

हज़रत तल्हा रज़ि. से रिवायत है कि एक शख्स एक रोज अपने कपड़े उतार कर धूप के दिनों में कंकरो पर खूब लौट रहा था और अपने नफ्स से कहता था कि रात के मुरदार और दिन के बेकार ! ले मज़ा चख, जहन्नम की आग में इससे भी ज़्यादा गर्मी है। इसी बीच उसकी नज़र हज़रत सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम पर पड़ी जो एक दरख्त के साये तले तशरीफ रखते थे। आप की खिदमते अक़्दस में हाज़िर हुवा और अर्ज किया के मेरा नफ्स मुझ पर ग़ालिब हो गया, आप ने फर्माया के जो इलाज तूने उसका किया, उसके सिवा कोई और तदबीर ना थी। आगाह हो के तेरे लिए आस्मान के दरवाजे खोल दिए गए और अल्लाह तआला ने तेरी वजह से फरिशतों पर फरत्र किया। फिर आपने असहाब से फर्माया कि अपने इस भाई से कुछ तोशा ले लो, पास लोगों ने उसको हर तरफ से कहना शुरू किया के मियाँ हमारे लिए भी दुआ करना। आप सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम ने फर्माया कि इन सब के लिए दुआ कर, उस शख्स ने कहा कि इलाही तक्वे को इनका तोशा बना, और हिदायत पर उनके काम को जमा कर। हज़रत सल्लल्लाहु अलैहि व सल्लम फरमाने लगे, इलाही तू इसको सही राह पर कर, तब उस शख्स ने कहा कि इलाही जन्नत को उनका ठिकाना कर ..... (एहयाउल उलूम )

हज़रत उमर रज़ि. अपने नफ्स का मुहासबा करते थे और रात को अपने पैरों पर दुर्ग मारा करते थे। ग़र्ज एहतियात वाले अपने नफ्सों को यूँ सजा दिया करते थे।

मंसूर बिन इब्राहिम एक आबिद का हाल लिखते है कि उसने एक औरत से बात की, और अपना हाथ उसके रान पर रख दिया, फिर नादिम और शर्मिदा होकर वही हाथ

आग पर रख दिया, जो जलकर कबाब हो गया। (एहयाउल उलूम )  
 रिवायत है कि बनी इस्राइल में एक शख्स था। अपने इबादत खाने में इबादत किया करता, इसी तरह मुद्दत तक रहा एक रोज बाहर की तरफ झाका, एक औरत को देख कर उसपर आशिक्र हो गया और दिल में बुरा खयाल लाया, और अपना पाव बाहर निकाला ताके उसके पास जाए, अल्लाह की रहमत उसकी मददगार हुई, अपने दिलमे कहने लगा कि मैं ये क्या हरकत करता हूँ ? गर्ज कि उसका नफ़्स साकिन हो गया, और खुदा तआला ने उसको बचा लिया। फिर अपने किए पर नादिम हुवा। फिर जब चाहा कि इबादत खाने में जाए तो अपने दिल से कहा कि ये कहाँ हो सकता है कि जो पैर खुदा तआला की नाफरमानी के लिए बाहर निकला था, वो मेरे साथ इबादत खाने में आए, खुदा की क्रसम ये कभी ना होगा। ये कहकर उसने पैर को बाहर ही लटका रहने दिया। बारिश, धूप, बर्फ़ और हवा लग लग कर पाव कटकर गिर पड़ा। अल्लाह तआला ने उसकी तौबा की क्रद्र दानी फरमाई।  
 हज़रत जुनेद रह. से मरवी है कि उन्होंने ने फर्माया कि मैंने इब्ने कुरैबी रह. से सूना है कि वो कहते थे, एक रात मुझे गुस्ल की हाजत हुई, और रात जाड़े की थी, मैंने देखा के मेरा नफ़्स नहाने में सुस्ती करता है, और चाहता है कि इतना ठहर जावूँ कि सुबह हो जाए, और पानी गर्म कर लूँ, या हमाम में नहा लूँ, नफ़्स पर मशक्कत ना डालूँ, मैंने नफ़्स से कहा, क्या खूब ! मैंने तमाम उमर खुदा तआला को पाने की कोशिश की, और उसके कामों में जल्दी करता रहा, मगर वो अबतक मुझे ना मिला, अब गुस्ल में ताखीर करके और उसके हुक्म को टालकर उसको पाने की कोशिश करूँ ? तो क्या मुझे मिल जाएगा ? मुझे भी क्रसम है कि इसी गुदड़ी समेत नहा लूंगा और बदन से नहीं उतारूंगा, ना उसको निचोडूंगा और ना धूप में सुखाउंगा।  
 रेवायत है कि ग़ज़वान और हज़रत अबू मूसा एक साथ किसी जिहाद में थे कोई औरत सामने आई। ग़ज़वान ने उसकी तरफ देखा, फिर अपना हाथ उठाकर इतने ज़ोर से अपने चेहरे पर मारा के आँख पर वरम हो गया। और कहा के तू ऐसी चीज़ देखती है जो तेरे लिए मुज़िर हो।  
 किसी और एक शख्स ने एक औरत की तरफ एक नज़र डाली, उसके कफ़फ़ारे में अपने ऊपर लाज़िम कर लिया के पूरी ज़िन्दगी ठंडा पानी नहीं पिऊंगा, फिर सारी उमर गरम पानी ही पिया करते थे  
 और अजीब बात है कि आदमी अपने गुलाम, लौंडी और बीवी और अपनी अवलाद को बुरे कामों पर तो सज़ा देता है, और डरता है कि अगर दरगुज़र कर जावूँ तो कहीं मेरे हाथ से ना निकल जाएं और सर ना चढ़ जाएं। फिर अपने नफ़्स को कैसे



जाने देता है, वो तो सब में बड़ा दुश्मन और ज्यादा सरकश है। औलाद, बीवी और नोकर चाकर की सरकशी (बदमाशी) को उसकी सरकशी से क्या निस्वत ! उनका अच्छा या बुरा अंजाम तो दुनिया ही तक महदूद है। और नफ़्स व शैतान तो ईमान व आमाल के दुश्मन है, उनकी सरकशी का वबाल तो दाएमी और ला महदूद है। (एहयाउल उलूम स. ६५७)

### खुलासा एकलाम

अल्लाह तआला के फ़ज़ल व करम और उसकी तौफ़ीक़ से गुस्से के सिलसिले में किताब व सुन्नत और अकाबिरे उम्मत के अक़वाल व वाक़िआत की रौशनी में तफ़्सीली बातें लिख दी गई हैं। गुस्से की हकीक़त उसके अस्बाब, ज़िंदगी के मुख़्तलिफ़ शोबों में उसकी तबाहियां और गुस्से को ज़ब्त करने की मुख़्तलिफ़ तदबीरें भी बयान कर दी गई हैं। जिससे वाज़ेह हो गया कि गुस्सा एक ऐसी सिफ़त है जो अपनी ज़ात के एतेबार से ना अच्छी है और ना बुरी। उसकी अच्छाई और बुराई इस बात पर मुनहसिर (निर्भर) है कि उसका इस्तेमाल किस पर और किस मक़्सद के लिए किया जा रहा है। जिस का खुलासा ये है कि अगर इन्सान उसका इस्तेमाल अपनी ज़ात और “अना” (मैं) के लिए करे तो ना सिर्फ़ ये कि गुस्सा एक संगीन और अख़्लाकी मर्ज़ और कई कबीरा गुनाहों का सबब है; बल्के मुफ़्सिदे ईमान भी है। और जिस को गुस्से का मर्ज़ लग जाए तो ना सिर्फ़ ये कि उसके दीनी आमाल ही तबाह हो जाते हैं बल्के उसका ईमान भी फासिद और बर्बाद हो जाता है। और जब ईमान ही ख़राब हो जाए, तो फिर आमाल की क्या कीमत लगेगी। और ईमान बाकी भी रहा तो हुकूकुल इबाद में कोताही की वजह से उसकी नेकियों का अज़्र व सवाब उस शख्स को दे दिया जाएगा जिस पर दुनिया में गुस्से की वजह से ज़्यादती की गई थी।

अलबत्ता अगर गुस्से का इस्तेमाल बरमहल (सही जगह) किया जाए तो ना सिर्फ़ ये कि यही गुस्सा इन्सान की जान व माल की हिफ़ाज़त का ज़रीया बनता है और जानी व माली दुश्मनों को ज़ेर किया जा सकता है। बल्के अहले ईमान के हकीकी दुश्मन नफ़्स व शैतान का मुक़ाबला करके इबादात में बहुत् ऊंचा दर्जा जिस को “एहसान का कर्जा” कहा जाता है वो भी हासिल किया जा सकता है।

अख़ीर में हम दुआ करते हैं के ऐ अल्लाह ! गुस्से की हलाकतों से हमारी और पूरी उम्मत मुस्लिमा की हिफ़ाज़त फ़रमा। गुस्से की वजह से लोगों के जो हुकूक पामाल हुए मसलन हमने किसी पर बे जा गुस्सा किया, किसी को गाली दी या बुरा भला



### गुस्सा?

कहा, या किसी के जानी व माली हुकूक हमसे पामाल हुए तो उसको उसके लिए दुनिया और आखिरत का ज़खीरा बना, हर ज़ालिम को ज़ुल्म से रोक दे और मज़्लूमीन की मदद फरमा। (आमीन)

अल्लाहुम्म अज़िहब गैज़ क़ल्बी व अजिर्नी मिम्मुज़िल्लातिल फितनी मा अहयैतनी ऐ अल्लाह ! मेरे दिल से (बेजा) गुस्से को दूर फरमा दीजिए और जबतक ज़िंदा रखिए तमाम फ़िल्नों की गुमराहियों से हमारी हिफाज़त फरमाइए।

تَمَّ بِعَوْنِ اللَّهِ الْعَظِيمِ - وَصَلَّى اللَّهُ عَلَى النَّبِيِّ الْكَرِيمِ

तम्म बिअौनिल्लाहिल अज़ीम व सल्लल्लाहु अलन्नबिय्यिल करीम।

गुस्सा छोड़ दीजिए, ज़िंदगी का लुत्फ़ उठाइए ! बे शुमार आफतों से बचने के लिए एक छोटा सा तजरबा ही सही।

**गुस्सा?**

एक जाएजा

मुझे गुस्सा कहाँ कहाँ आता है ?